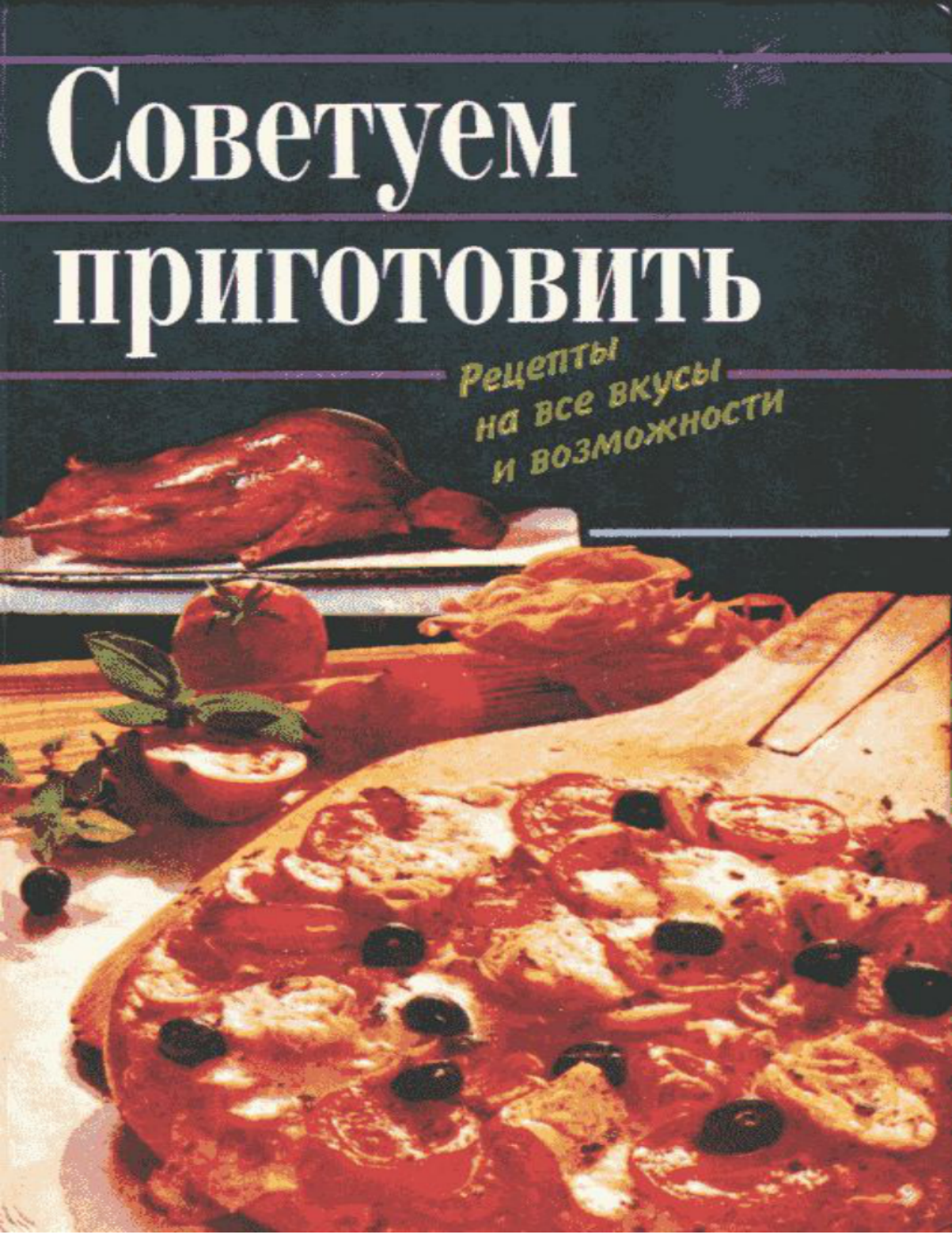
# Советуем приготовить

Рецепты на все вкусы и возможности



SHOUT
SHARE
IT

# Annotation

Рецепты и полезные советы, приведенные в книге, помогут овладеть мастерством приготовления вкусных и разнообразных блюд, рационально организовать домашнее питание.

Издание рассчитано на широкий круг читателей.


- СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ
  - ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА И ЗАКУСКИ
    - САЛАТЫ
      - 
      - Салат со сметаной и яйцом
      - Салат с маслом и уксусом
      - Салат «Здоровье»
      - Салат из свежих огурцов в сметане
      - Салат из редиски со сметаной
      - Салат из свежих помидоров и огурцов
      - Салат овощной
      - Салат из помидоров и сладкого зеленого перца
      - Салат из корнеплодных овощей и стручкового перца
      - Салат из риса с красным перцем
      - Салат из свеклы
      - Салат картофельный
      - Салат из молодого картофеля
      - Салат из картофеля с шампиньонами
      - Салат из красной капусты
      - Салат из белокочанной капусты
      - Салат из белокочанной капусты с яблоками и сельдереем
      - Салат из квашеной капусты
      - Салат из квашеной капусты и мороженого перца
      - Салат «Весна»
      - Салат из фруктов
      - Салат фруктовый со сметаной
      - Салат плодовый с орехами
      - Салат из мяса
      - Салат из мяса с помидорами
      - Салат «Фигаро»
      - Салат с колбасой или ветчиной
      - Салат из дичи

- Салат из зелени с дичью
- Салат из рыбы с помидорами
- Салат из трески с хреном
- Салат из трески с майонезом
- Салат из печени трески
- Салат из помидоров с печенью трески
- Салат из крабов
- Салат картофельный с пастой «Океан»
- Салат рисовый с пастой «Океан»
- Салат из сельди
- Салат из фасоли
- Винегрет из овощей
- Винегрет из фаршированного перца с картофелем
- Винегрет с консервированным мясом
- Винегрет с кальмаром

- БУТЕРБРОДЫ
  - 
  - БУТЕРБРОДЫ ПРОСТЫЕ
    - Бутерброды с килькой
    - Бутерброды с копченой рыбой
    - Бутерброды со шпиком
    - Бутерброды с колбасой
    - Бутерброды с сыром
    - Бутерброды с яйцом
    - Бутерброды с паштетом из маслин
    - Бутерброды с ветчиной
    - Бутерброды с ветчиной, яйцом и сыром
    - Бутерброды с печеночным паштетом и огурцом
    - Бутерброды с картофелем, сельдью и луком
    - Бутерброды с сардинами и яичницей
    - Бутерброды с телятиной и зеленым салатом
  - БУТЕРБРОДЫ ЗАКУСОЧНЫЕ (КАНАПЕ)
    - 
    - Канапе с сыром и яйцом
    - Канапе с сыром и окороком
    - Канапе с сыром и грецкими орехами
    - Канапе с сардинами
    - Канапе с икрой и севрюгой
    - Канапе с яйцом и икрой

- Канапе «Мозаика»
- Канапе с отварным языком

- БУТЕРБРОДЫ СЛОЕНЫЕ И МНОГОСЛОЙНЫЕ
  - 
  - Бутерброды с пастой из тертой моркови и чеснока
  - Бутерброды с ливерной колбасой
  - Бутерброд с зеленым маслом и ветчиной
  - Бутерброд с ветчиной и сыром
  - Бутерброд с зеленым маслом и пастой «Океан»
  - Бутерброд-башня с килькой, ветчиной и сыром
  - Бутерброд-пирамида с ветчиной, сыром и яйцом
- БУТЕРБРОДЫ СЛАДКИЕ
  - 
  - Бутерброды с творогом и орехами
  - Бутерброды с творогом и вареньем
  - Бутерброды с шоколадным маслом
  - Бутерброды с медом и орехами
- ГРЕНКИ (ГОРЯЧИЕ БУТЕРБРОДЫ)
  - 
  - Гренки к пиву
  - Гренки с сыром и перцем
  - Гренки с морковью и сыром
  - Гренки, запеченные под майонезом
  - Гренки с брынзой и яйцом
  - Гренки с чесноком и огурцами
  - Гренки с грибами и помидорами
  - Гренки со шпротами запеченные
  - Гренки с сельдью запеченные
  - Гренки с мясным фаршем
  - Гренки с сосисками
  - Гренки с ветчиной и луком
  - Гренки с печеночным паштетом и грибами
- МАСЛО ДЛЯ БУТЕРБРОДОВ
  - Масло ветчинное
  - Масло горчичное
  - Масло зеленое
  - Масло колбасное

- Масло креветочное
- Масло селедочное
- Масло сырное
- Масло томатное
- Масло хренное
- Масло шпротное
- Масло яичное

- РЫБНЫЕ ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА И ЗАКУСКИ
  - Сельдь с гарниром
  - Сельдь рубленая
  - Сельдь с картофелем и маслом
  - Анчоусы или кильки с картофелем
  - Килька рубленая
  - Лососина, семга, кета с гарниром
  - Миноги
  - Икра осетровых рыб и икра кетовая
  - Осетрина, белуга, севрюга, сом с гарниром
  - Рыба под маринадом
  - Скумбрия в уксусе
  - Сардина с хреном
  - Камбала с майонезом
  - Майонез из судака, кеты или форели
  - Майонез из осетрины, севрюги или белуги
  - Кальмар под майонезом
  - Кальмар заливной с хреном
  - Консервы рыбные закусочные
  - Икра щучья
  - Устрицы
- МЯСНЫЕ ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА И ЗАКУСКИ
  - Закуска мясная сборная
  - Колбаса вареная, полукопченая и копченая
  - Колбаса ливерная и паштеты
  - Паштет из печени
  - Говядина, телятина, баранина и свинина жареные
  - Завиванец мясной с яичницей
  - Колбаса домашняя
  - Ветчина, буженина, язык
  - Буженина, шпигованная чесноком и луком
  - Птица домашняя и дичь жареные
  - Майонез из дичи
  - Поросенок холодный с хреном
- ОВОЩНЫЕ ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА И ЗАКУСКИ
  - Фасоль в масле

- Паштет из фасоли
- Икра грибная
- Икра овощная
- Закуска из баклажанов острая
- Баклажаны, тушенные с помидорами
- Икра из баклажанов
- Икра из свеклы
- Закуска свекольная
- Закуска из кабачков
- Икра из кабачков
- Тыква в маринаде
- Лук маринованный
- Чернослив, фаршированный орехами с майонезом
- Консервы овощные закусочные
- Корзиночки из слоеного теста с салатом
- Корзиночки из яиц с салатом
- Помидоры, фаршированные салатом

- ЗАЛИВНЫЕ БЛЮДА
  - 
  - Судак заливной
  - Осетрина заливная
  - Поросенок заливной
  - Язык заливной
  - Студень говяжий
  - Студень телячий
- СОУСЫ И ЗАПРАВКИ ДЛЯ САЛАТОВ, ВИНЕГРЕТОВ И ДРУГИХ ХОЛОДНЫХ БЛЮД
  - 
  - Соус майонез
  - Соус майонез со сметаной
  - Соус майонез с корнишонами
  - Соус зеленый
  - Соус из горчицы с каперсами
  - Соус винегрет
  - Соус фруктово-ягодный
  - Хрен с уксусом
  - Заправка из сметаны с уксусом
  - Соус сметанный с хреном
  - Заправка из уксуса и растительного масла
  - Соус с лимонным соком
  - Соус с укропом
- ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ
  - 

- Ветчина жареная на ломтиках хлеба
- Сосиски
- Колбаса жареная с капустой
- Биточки в сметане
- Форшмак
- Грибы в сметане
- Жульен из птицы или дичи
- Кабачки, фаршированные молодой бараниной
- Свекла фаршированная
- Печень фаршированная
- Печень шпигованная
- Ветчина в тесте
- Рыба в тесте
- Сыр в тесте
- Яйца по-шотландски
- Закуска из рыбы с грибами

○ БУЛЬОНЫ И СУПЫ

- ЗАПРАВОЧНЫЕ СУПЫ
  - 
  - Бульон мясной
  - Бульон из костей
  - Бульон мясной быстрого приготовления
  - Бульон рыбный
  - Бульон грибной
  - Щи из свежей капусты
  - Щи из квашеной капусты
  - Щи из квашеной капусты с головизной
  - Щи из капустной рассады
  - Щи летние с картофелем
  - Щи зеленые
  - Борщ
  - Борщ летний
  - Борщ украинский
  - Борщ грибной с черносливом
  - Суп из щавеля
  - Рассольник
  - Рассольник рыбный с фрикадельками
  - Суп с цветной капустой
  - Суп с брюссельской капустой
  - Суп из овощей
  - Суп картофельный
  - Суп картофельный со свежими грибами
  - Суп из лисичек

- Суп картофельный с вермишелью
- Суп картофельный с головизной
- Суп картофельный с крупой
- Суп с лапшой
- Суп гороховый
- Суп из фасоли
- Суп из фасоли с картофелем
- Суп из фасоли с лапшой
- Суп из красной фасоли
- Солянка сборная мясная
- Солянка рыбная
- Чихиртма из баранины
- Харчо
- Шурпа
- Бозбаш
- Суп с мясными консервами
- Суп с рыбными консервами

- ПРОЗРАЧНЫЕ СУПЫ
  - 
  - Бульон прозрачный мясной
  - Бульон из дичи
  - Бульон куриный
  - Бульон с гренками
  - Бульон—«борщок»
  - Бульон с макаронными изделиями
  - Бульон с клецками
  - Бульон с пельменями
  - Бульон с булочками
  - Бульон с манной крупой
  - Бульон с саго
  - Бульон с рисом
  - Бульон с кореньями и рисом
  - Бульон с запеченным рисом
  - Бульон с кореньями и зеленью
  - Бульон с сельдереем
  - Бульон с яйцом
  - Бульон с омлетом
  - Бульон с фрикадельками
  - Бульон с клецками из курятины
  - Уха
- СУПЫ-ПЮРЕ
  - 
  - Суп-пюре из картофеля
  - Суп-пюре из тыквы

- Суп-пюре из моркови
- Суп-пюре из стручков фасоли
- Суп-пюре из цветной капусты
- Суп-пюре из спаржи
- Суп-пюре из овощей
- Суп-пюре из помидоров
- Суп-пюре из салата
- Суп-пюре из шампиньонов или белых грибов
- Суп-пюре из зеленого горошка
- Суп-пюре из риса
- Суп-пюре из фасоли или гороха
- Суп-пюре из консервированной кукурузы
- Суп-пюре из печени
- Суп-пюре из курицы
- Суп-пюре из дичи
- Суп-пюре из рыбы
- Суп-пюре из консервированных крабов

- МОЛОЧНЫЕ СУПЫ
  - 
  - Суп молочный рисовый
  - Лапша молочная
  - Суп молочный с запеченным рисом
  - Суп молочный с перловой крупой
  - Суп молочный с картофельными клецками
  - Суп молочный с овсяными хлопьями
- СУПЫ ИЗ ЯГОД И ФРУКТОВ
  - Суп из вишен с варениками
  - Суп из вишен с рисом
  - Суп из клюквы и яблок
  - Суп из смородины и персиков
  - Суп из овсянки с черносливом
  - Суп из абрикосов и яблок
  - Суп-пюре из свежих ягод
  - Суп-пюре из абрикосов или персиков
  - Суп из сушеных фруктов
  - Суп из сушеных фруктов с макаронами
  - Суп фруктовый с мучным или крупяным гарниром
  - Суп-пюре из яблок
  - Суп из смородины или клюквы с манной кашей
- ХОЛОДНЫЕ СУПЫ НА ХЛЕБНОМ КВАСЕ И СВЕКОЛЬНОМ ОТВАРЕ

- Окрошка овощная
- Окрошка сборная мясная
- Ботвинья с рыбой
- Борщ холодный
- Суп холодный из томатного сока
- Суп из щавеля и свекольной ботвы
- Суп-холодец

○ РЫБА

- ОТВАРНАЯ РЫБА
  - Рыба отварная с картофелем
  - Судак отварной с овощным гарниром
  - Треска отварная
  - Треска, отваренная в рассоле
  - Треска в томатном соусе с овощами
  - Треска фаршированная
  - Камбала, палтус отварные с соусом
  - Камбала, палтус, отваренные с огуречным рассолом
  - Филе камбалы, палтуса в белом соусе
  - Камбала, палтус в томатном соусе с овощами
  - Камбала, палтус в соусе с эстрагоном
  - Камбала, палтус с яблоками и луком-пореем
  - Окунь морской горячего копчения с картофелем
  - Окунь морской в томатном соусе
  - Котлеты фаршированные из морского окуня
  - Фрикадельки из салаки с овощами
  - Пудинг из салаки паровой
  - Салака копченая в сметане
  - Сельдь в томате с огурцами
- ПАРОВАЯ РЫБА
  - Осетрина паровая
  - Севрюга в томате с грибами
  - Судак в белом вине
  - Треска с картофелем и луком
  - Камбала в красном вине
  - Осетрина консервированная в сметане с картофелем

- Битки паровые из рыбы
- Рыба фаршированная

- ТУШЕНАЯ РЫБА
  - 
  - Треска, тушенная в молоке с луком
  - Треска, тушенная с хреном
  - Треска, тушенная с капустой
  - Окунь морской, тушенный с огуречным рассолом и овощами
  - Камбала, тушенная с луком и сладким стручковым перцем
  - Салака, тушенная в масле
  - Салака, тушенная в молоке
  - Салака в соусе из щавеля
  - Вобла вяленая, тушенная в молоке с луком
  - Кефаль по-венгерски
  - Рыба, тушенная в горшочке
- ЖАРЕНАЯ РЫБА
  - 
  - Рыба жареная с гарниром
  - Осетрина жареная с помидором и луком
  - Рыба, жаренная в сухарях
  - Рыба, жаренная в тесте
  - Караси в сметане
  - Сом жареный с помидорами
  - Кефаль жареная
  - Треска жареная со сладким стручковым перцем и помидорами
  - Поджарка из трески
  - Соте из трески
  - Камбала фаршированная
  - Поджарка из камбалы, палтуса
  - Камбала, палтус, жаренные с луком, грибами и корнишонами
  - Камбала, палтус фри (панированные в муке)
  - Салака, жаренная с томатом-пастой
  - Салака копченая с яйцом
  - Салака, жаренная на углях
  - Салака, жаренная в тесте
  - Сосиски рыбные
  - Котлеты из соленой сельди
  - Вобла соленая жареная
  - Килька свежая, жаренная с луком

- Котлеты из рыбы
- Тельное из рыбы
- Осетрина на вертеле

- ЗАПЕЧЕННАЯ РЫБА
  - 
  - Лещ, карп или сазан запеченные
  - Судак, запеченный с картофелем
  - Осетрина, запеченная куском
  - Рыба, запеченная в сметане
  - Рыба, запеченная в омлете
  - Треска, запеченная со сладким перцем
  - Треска, запеченная с яйцом и молоком
  - Треска, запеченная под молочным соусом
  - Треска, запеченная под сметанным соусом
  - Треска, запеченная под луковым соусом с грибами
  - Камбала, палтус, запеченные с картофелем и луком
  - Камбала, палтус, запеченные с помидорами
  - Камбала, палтус, запеченные с кашей
  - Камбала, палтус, запеченные под молочным соусом
  - Камбала или палтус со шпинатом
  - Окунь морской, запеченный с грибами, луком и картофелем под сметанным соусом
  - Солянка из окуня на сковороде
  - Навага, запеченная со шпинатом под молочным соусом
  - Запеканка из салаки с картофелем и шпиком
  - Рулет из салаки
  - Сельдь свежая, запеченная с яйцом
  - Форшмак из сельди
  - Запеканка из сельди
  - Хамса, запеченная с картофельным пюре
  - Тюлька соленая, запеченная на сковороде
  - Рыба консервированная в сметане с картофелем
  - Рыба, фаршированная кашей
  - Солянка из рыбы на сковороде
- РАКИ, КРАБЫ, КАЛЬМАРЫ
  - Раки натуральные

- Раковые шейки консервированные с картофелем
- Раки в пиве
- Раки в белом вине
- Крабы с яично-масляным соусом
- Крабы, запеченные в молочном соусе
- Кальмар тушеный
- Кальмар, тушенный в сметане
- Кальмар, тушенный с грибами
- Кальмар фаршированный
- Голубцы с кальмаром и рисом
- Бефстроганов из кальмара
- Плов из кальмара

- СОУСЫ К РЫБЕ
  - 
  - Соус яично-масляный (к рыбе отварной)
  - Соус белый (к рыбе паровой и к рыбе в рассоле)
  - Соус «Белое вино» (к рыбе паровой)
  - Соус томатный (к рыбе отварной и паровой)
  - Соус красный основной
  - Соус белый
  - Соус рассол
  - Соус томатный с овощами
  - Соус томатный
  - Соус томатный с грибами
  - Соус сметанный
  - Соус луковый с грибами
  - Соус молочный
  - Соус яично-масляный (голландский) с лимонным соком
  - Соус горчичный
  - Соус польский
  - Соус каперсы
  - Соус хрен с уксусом
  - Соус майонез с корнишонами
  - Соус «Белое вино»
  - Масло селедочное
  - Масло анчоусное

○ МЯСО
- 
- ОТВАРНОЕ МЯСО
  - 

- Говядина отварная под соусом с хреном
- Солонина отварная под соусом с хреном
- Говядина отварная с грибами
- Телятина с морковью
- Баранина в соусе с овощами
- Баранина отварная в белом соусе
- Баранина с фасолью
- Свинина отварная под соусом
- Поросенок отварной с хреном
- Грудинка свиная с рисом
- Сосиски
- Сардельки
- Ветчина с горошком
- Колбаса с луком
- Язык под белым соусом с изюмом
- Язык говяжий под яблочным соусом
- Язык соленый с гарниром
- Мозги отварные
- Вымя отварное в соусе
- Рубец отварной

- ТУШЕНОЕ МЯСО
  - Говядина тушеная с макаронами
  - Говядина, тушеная с луком и картофелем
  - Гуляш
  - Солянка по-грузински
  - Мясо с айвой
  - Говядина, тушенная в кисло-сладком соусе
  - Говядина, шпигованная овощами
  - Говядина, тушенная в сметанном соусе
  - Рулет, фаршированный печенью
  - Говядина, тушенная с квасом
  - Душенина с почками
  - Бигус с яблоками
  - Телятина в горшочке с овощами
  - Зразы из телятины
  - Рагу из баранины
  - Баранина, тушенная с овощами
  - Чанахи
  - Баранина с зеленой фасолью
  - Баранина с рисом
  - Верещака
  - Ребрышки, тушенные в капустных листьях
  - Свинина, тушенная с черносливом и грибами

- Грудинка, тушеная с луком
- Почки в соусе с вином
- Почки говяжьи в соусе с луком
- Сердце говяжье тушеное
- Печень в сметане
- Гуляш из легких
- Гуляш из говяжьего сердца или вымени
- Голубцы мясные
- Долма (голубцы с виноградными листьями)

- ЖАРЕНОЕ МЯСО
  - 
  - Ростбиф
  - Мясо жареное, в сметане с луком
  - Говядина в сухарях (ромштекс)
  - Бефстроганов
  - Бифштекс с картофелем
  - Бифштекс с яйцом
  - Говядина жареная (антрекот) с картофелем
  - Ломтики вырезки (лангет) с гарниром
  - Бастурма из филе
  - Телятина жареная
  - Баранина жареная
  - Свинина жареная
  - Грудинка баранья, жаренная в сухарях
  - Котлеты отбивные и натуральные
  - Шницель
  - Ломтики телятины, свинины, баранины с грибами и помидорами
  - Шашлык
  - Филе на вертеле
  - Почки жареные
  - Печень телячья жареная
  - Мозги жареные
  - Почки телячьи или свиные жареные
  - Ветчина жареная с помидорами
  - Поросенок жареный
  - Рубец жареный с гречневой кашей
- ИЗДЕЛИЯ ИЗ РУБЛЕНОГО МЯСА
  - 
  - Тефтели в томате
  - Рулет с макаронами
  - Котлеты с молочным соусом
  - Шницель рубленый

- Битки по-селянски
- Сиченики тушеные с начинкой из хрена
- Сиченики с начинкой (зразы рубленые)
- Колбаски черкасские
- Пирожки мясные с начинкой из гречневой каши
- Сардельки из говядины и свинины
- Кнели из говядины
- Шарики из печени тушеные
- Оладьи из печени
- Запеканка картофельная с ливером

- ЗАПЕЧЕННОЕ МЯСО
  - Запеканка мясная
  - Баранина, запеченная с фасолью
  - Поджарка сборная мясная
  - Запеканка из говядины и картофеля
  - Биточки, запеченные с рисом (по-казацки)
  - Кебаб, запеченный в бумаге
  - Корейка, запеченная с черносливом
  - Солянка мясная
  - Язык с картофелем в соусе, запеченный
  - Мозги в молочном соусе, запеченные
- ГАРНИРЫ К МЯСНЫМ БЛЮДАМ
- СОУСЫ К МЯСНЫМ БЛЮДАМ
  -
  - Сок мясной (для жареного мяса)
  - Соус томатный (для жареного мяса, рубленых котлет, мозгов, жаренных в сухарях, и др.)
  - Соус луковый острый (для жареного и тушеного мяса, печени, рубленых котлет)
  - Соус белый (для отварных кроликов, телятины, баранины и кур)
  - Соус белый с каперсами (для отварной телятины, баранины, кролика, кур)
  - Соус сметанный (для битков и котлет, печени, жареной дичи)
  - Соус молочный
  - Соус из горчицы
  - Соус из чернослива
  - Соус пикантный
  - Соус красный с вином
  - Соус «Охотничий»
  - Соус томатный с грибами и овощами

- ДОМАШНЯЯ ПТИЦА И ДИЧЬ
  - 
  - Куры или цыплята паровые
  - Курица под белым соусом
  - Курица фаршированная
  - Цыплята жареные
  - Цыплята жареные с помидорами и кабачками
  - Цыпленок на вертеле
  - Цыпленок «табака»
  - Цыпленок в сметане
  - Куры, жаренные в сухарях
  - Чахохбили из кур
  - Индейка жареная
  - Индейка, фаршированная рисом
  - Завиванец из индейки
  - Утка фаршированная
  - Гусь или утка по-деревенски
  - Гусь или утка, жаренные с яблоками
  - Рагу из потрохов
  - Шейка гусиная с начинкой
  - Крылышки, шейки в белом соусе
  - Котлеты пожарские
  - Сиченики куриные
  - Рябчик, куропатка, тетерев жареные
  - Вальдшнеп, бекас, чирок, перепел жареные
  - Кролик в белом соусе
  - Бабка из крольчатины
  - Заяц, тушенный в сметане
  - Котлеты по-охотничьи
- ОВОЩИ И ГРИБЫ
  - 
  - ОТВАРНЫЕ ОВОЩИ
    - 
    - Картофель отварной
    - Картофель молодой в сметане
    - Картофель, сваренный на пару
    - Картофель со шпиком
    - Пюре картофельное
    - Толченка
    - Лежни картофельные
    - Галушки картофельные
    - Капуста цветная отварная
    - Форшмак из капусты
    - Морковь отварная

- Овощи, припущенные в молоке
- Шарики из моркови и творога
- Тыква с рисом и яйцами
- Кукуруза в початках отварная
- Кукуруза консервированная с яблоками и гренками
- Кукуруза консервированная с маслом
- Кукуруза консервированная в томате
- Артишоки отварные
- Шпинат с гренками
- Капуста брюссельская с сельдереем в молочном соусе
- Спаржа отварная

- ЖАРЕНЫЕ ОВОЩИ
  - 
  - Котлеты картофельные
  - Пирожки картофельные с грибами
  - Оладьи картофельные
  - Крокеты картофельные
  - Крокеты капустные
  - Капуста цветная жареная с сухарями
  - Котлеты капустные
  - Котлеты морковные
  - Котлеты из перца
  - Сиченики из цветной капусты
  - Сиченики морковные
  - Сиченики из консервированной баклажанной икры
  - Шницель из капусты
  - Оладьи из кабачков
  - Оладьи из тыквы и картофеля
  - Помидоры жареные
  - Кабачки жареные
  - Баклажаны жареные с луком
  - Баклажаны со свежими грибами и луком
  - Лук репчатый жареный
- ЗАПЕЧЕННЫЕ ОВОЩИ
  - Запеканка картофельная
  - Запеканка картофельная с мясом
  - Рулет картофельный с овощами
  - Бабка из моркови и гороха
  - Пудинг из моркови с сухарями
  - Запеканка из тыквы с лапшой
  - Капуста цветная, запеченная с сыром

- Пирог воздушный из цветной капусты
- Капуста цветная под молочным соусом
- Капуста брюссельская с рисом, запеченная под белым соусом
- Завиванец из капусты, гречневой каши и грибов
- Пудинг из капусты
- Бабка из ревеня
- Пудинг из спаржи
- Запеканка из консервированной баклажанной икры
- Шпинат, запеченный с яйцом

- ТУШЕНЫЕ ОВОЩИ
  - Картофель, тушенный со свежими грибами
  - Капуста тушеная
  - Капуста квашеная, тушенная с грибами
  - Свекла, тушенная в сметане
  - Морковь, тушенная с рисом
  - Морковь, тушенная с болгарским перцем
  - Тыква тушеная с кефиром
  - Рагу из овощей
  - Баклажаны, тушенные в сметане
  - Меживо из баклажанов
- ФАРШИРОВАННЫЕ ОВОЩИ
  -
  - Фарш
  - Капуста фаршированная
  - Перец фаршированный
  - Свекла, фаршированная яблоками, рисом и изюмом
  - Кабачки фаршированные
  - Голубцы овощные
  - Голубцы с рисом, луком и яйцами
  - Голубцы картофельные
  - Баклажаны фаршированные
  - Помидоры, фаршированные мясом
  - Помидоры, фаршированные луком
  - Помидоры, фаршированные рисом и овощами
  - Помидоры, фаршированные яйцами
  - Огурцы фаршированные
  - Картофель, фаршированный грибами
  - Картофель, фаршированный мясом
  - Картофель, фаршированный сельдью

- Лук фаршированный
- СОУСЫ К ОВОЩАМ
  - Соус молочный (для котлет капустных или морковных и других блюд)
  - Соус грибной (для картофельных котлет и запеканок)
  - Соус томатный (для картофельных пирожков, фаршированных овощных и других блюд)
  - Соус с яйцом (для рулета картофельного и капустных котлет)
  - Соус яично-масляный (для цветной капусты, спаржи, артишоков)
  - Соус яичный с вином (для цветной капусты, спаржи, артишоков)
  - Соус сухарный (для цветной капусты и спаржи)
- ГРИБЫ
  -
  - Грибы в сметане
  - Грибы жареные
  - Грибы жареные с луком
  - Рыжики, жаренные в сметане
  - Боровички жареные, с луковой подливкой
  - Грибы тушеные
  - Грибы, тушенные с помидорами
  - Грибы с белым вином
  - Грибы запеченные
  - Солянка грибная
- БЛЮДА ИЗ БОБОВЫХ
  -
  - Фасоль с маслом и луком
  - Фасоль с картофелем
  - Фасоль с орехами
  - Стручки фасоли и гороха в масле
  - Котлеты из фасоли с грибным соусом
  - Бабка из фасоли
  - Фасоль, тушенная с помидорами
  - Фасоль протертая
  - Лопатки фасоли зеленой
  - Горошек зеленый в масле
  - Горох с салом
  - Сиченики из гороха
  - Горохлянка

- Чечевица, тушенная с копченой грудинкой

- КРУПЯНЫЕ И МУЧНЫЕ БЛЮДА
  - КАШИ
    - 
    - Каша гречневая с маслом
    - Каша гречневая со шпиком и луком
    - Каша гречневая с яйцом
    - Каша гречневая с ливером
    - Каша гречневая с грибами и луком
    - Каша пшенная с маслом
    - Каша пшенная с тыквой
    - Каша пшенная в горшочке
    - Каша пшенная с черносливом
    - Каша пшенная с сухофруктами
    - Каша чумацкая грибная
    - Каша пшеничная с морковью
    - Каша из дробленой пшеничной крупы
    - Каша из ячневой или дробленой овсяной крупы
    - Каша перловая с маслом
    - Каша саговая с маслом
    - Каша рисовая с маслом
    - Каша рисовая с томатом и сыром
  - МОЛОЧНЫЕ КАШИ
    - 
    - Каша рисовая
    - Каша рисовая с тыквой
    - Каша манная
    - Каша из овсяных хлопьев («Геркулес»)
    - Каша ячневая или овсяная
    - Каша ячневая, запеченная со сметаной
    - Каша перловая
    - Каша пшенная
    - Каша пшенная с тыквой
  - КРУПЯНЫЕ ЗАПЕКАНКИ, КРУПЕНИКИ, БИТОЧКИ
    - 
    - Запеканка манная с фруктами
    - Запеканка пшенная, рисовая, ячневая или овсяная
    - Запеканка рисовая с творогом
    - Бабка рисовая с яблоками
    - Крупеник из гречневой крупы
    - Запеканка гречневая со свежими грибами

- Пудинг рисовый
- Крокеты из гречневой каши
- Сиченики перловые с творогом
- Биточки рисовые
- Биточки из гречневой крупы
- Палянички пшенные

- ПЛОВЫ
  - 
  - Плов по-узбекски
  - Плов с тыквой и фруктами
  - Плов с изюмом
  - Плов по-болгарски
  - Ризотто
- БЛЮДА ИЗ МУКИ
  - ВАРЕНИКИ
    - 
    - Вареники с мясом
    - Вареники с печенью и салом
    - Вареники с ливером
    - Вареники с творогом
    - Вареники из гречневой и пшеничной муки с творогом
    - Вареники с картофелем
    - Вареники с капустой
    - Вареники с фасолью и грибами
    - Вареники с клубникой, земляникой или малиной
    - Вареники с вишнями или черешнями
    - Вареники с сушеными сливами
    - Вареники с маком
  - КЛЕЦКИ
    - 
    - Клецки из манной крупы с колбасой
    - Клецки из толокна в молоке
  - ПЕЛЬМЕНИ
    - 
    - Пельмени в масле
    - Чебуреки
  - ГАЛУШКИ
    - Галушки украинские
    - Галушки гречневые с салом
    - Галушки из манной крупы
    - Галушки картофельные
    - Галушки из хлебных сухарей

- Пампушки пшеничные с чесноком
- Сочники с творогом

- БЛИНЫ
  - 
  - Блины на опаре
  - Блины скороспелые
  - Блины украинские
  - Блины манные
  - Блины яблочные
  - Блины морковные
- ОЛАДЬИ
  - 
  - Оладьи с тыквой, кабачками или морковью
  - Оладьи с яблоками
- БЛИНЧИКИ И БЛИНЧАТЫЕ ПИРОГИ
  - 
  - Блинчики с медом или сахаром
  - Блинчики с творогом, яблоками и другими начинками
  - Пирог блинчатый
- БЛЮДА ИЗ МАКАРОННЫХ ИЗДЕЛИЙ
  - 
  - Макароны, лапша и вермишель с маслом
  - Макароны с сыром, брынзой, творогом
  - Макароны в томате с грибами и ветчиной
  - Макароны по-флотски
  - Макароны или лапша с фасолью
  - Лапша с маком
  - Макароны или вермишель, запеченные в сметане
  - Макаронник или лапшевник с яйцом
  - Макаронник или лапшевник с творогом
  - Макаронник или лапшевник с мясом
  - Запеканка из макарон с помидорами

○ БЛЮДА ИЗ ЯИЦ И ТВОРОГА

- 
- Яйца всмятку
- Яйца «в мешочек»
- Яйца «в мешочек» без скорлупы

- Яйца по-украински
- Яйца в сметане
- Яйцо вареное с подливой из хрена
- Яйца по-португальски
- Яйца, жаренные в тесте
- Яйца с помидорами и жареным картофелем
- Яйцо «в гнездышке»
- Яйца с рыбой в корзиночках
- Яйца, запеченные по-охотничьи
- Яйца в остром соусе
- Яйца вкрутую
- Яйца фаршированные
- Яйца, фаршированные ветчиной

- ЯИЧНИЦЫ
  - Яичница-глазунья
  - Яичница-глазунья с гарниром
  - Яичница с сельдью
  - Яичница с картофельным пюре
  - Яичница с луком
  - Яичница с сухарями
  - Яичница гуцульская
  - Яичница молочная по-деревенски
  - Яичница по-тирольски
  - Яичница с петрушкой
  - Яичница с баклажанами и помидорами
- ОМЛЕТЫ
  -
  - Омлет натуральный
  - Омлет с сыром
  - Омлет с зеленым луком
  - Омлет со свежими кабачками, тыквой или свежими белыми грибами
  - Омлет с яблоками
  - Омлет с картофелем
  - Омлет с семгой
  - Омлет с мясной начинкой
  - Омлет с творогом
  - Омлет по-украински
  - Драчена натуральная
  - Драчена с творогом
  - Коржи яичные
  - Котлеты яичные
  - Тефтели яичные

- Крокеты яичные
- Бабка из яиц
- Пудинг из фаршированных яиц
- Запеканка яичная с грибами
- Суфле яичное
- Безе яичное

- БЛЮДА ИЗ ТВОРОГА
  - 
  - Закуска творожная с овощами
  - Творог со свежей зеленью
  - Творог вареный
  - Творог жареный
  - Иванов сыр
  - «Яйца» из творога
  - Масса творожная сладкая
  - Масса творожная соленая
  - Масса творожная шоколадная
  - Слоенка творожная
  - Творожники вареные
  - Шарики творожные
  - Клецки из брынзы
  - Творожники, или сырники
  - Сырники с морковью
  - Крокеты сырные
  - Палянички из творога
  - Палочки творожные
  - Пончики из творога
  - Булочки из картофеля с творогом
  - Оладьи из творога и свеклы
  - Оладьи из творога и вермишели
  - Бабки творожные, запеченные в сметане
  - Бабка из творога
  - Бабка творожно-яблочная
  - Бабка творожно-морковная
  - Бабка из творога и риса
  - Запеканка творожная
  - Запеканка из свеклы с творогом
  - Запеканка из творога и картофеля
  - Пудинг творожный с изюмом
  - Пудинг творожный с орехами
  - Пирог воздушный творожный с фруктами
  - Пудинг творожный с цукатом

- ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА
  - ДРОЖЖЕВОЕ ТЕСТО

- ПРЕСНОЕ (БЕЗДРОЖЖЕВОЕ) ТЕСТО
- СЛОЕНОЕ ТЕСТО
- СЛОЕНОЕ ТЕСТО БЫСТРОГО ПРИГОТОВЛЕНИЯ
- ПЕСОЧНОЕ ТЕСТО
- БИСКВИТНОЕ ТЕСТО
- ЗАВАРНОЕ ТЕСТО
- ПИРОГИ, ПИРОЖКИ, ВАТРУШКИ, КАЛАЧИ, КУЛЕБЯКИ
  - Пирог печеный
  - Пирог с рыбой
  - Пирог с ветчиной
  - Пирог с капустой
  - Пирог творожный с укропом
  - Пирог сладкий
  - Пирог «Жербо»
  - Пирог «Будайская крепость»
  - Пирог «Лучше меня нет»
  - Пирог слоеный со сливами
  - Пирог лимонный
  - Пирог шоколадный
  - Пирог с маком
  - Пирог песочно-творожный
  - Пирог орехово-яблочный
  - Пирог тертый с начинкой
  - Пирог «Девичьи грезы»
  - Пирог «Хорошее настроение»
  - Бисквит яблочный
  - Бисквит с изюмом
  - Калач молочный
  - Калач праздничный сдобный
  - Калач варено-печеный ореховый
  - Пирожки печеные
  - Пирожки жареные
  - Пирожки слоеные
  - Ватрушки
  - Пончики дрожжевые
  - Кулебяка
- БУЛОЧКИ, КРЕНДЕЛЬКИ, КУЛИЧИ И ДРУГИЕ ИЗДЕЛИЯ
  - Булочки
  - Крендель с миндалем
  - Кулич
  - Баба ромовая
  - Струдель с яблоками

- Рулет двухцветный
- Рулет слоеный с творогом
- Рулет с маком
- Рулет слоеный с капустой
- Рулет картофельно-ветчинный

- ПЕЧЕНЬЕ
  - Печенье песочное
  - Печенье бисквитное
  - Печенье сбивное
  - Печенье с творогом
  - Печенье из сыра
  - Печенье ванильное с орехами
  - Печенье дрожжевое сахарное
  - Печенье «Восьмерки»
  - Печенье с черным перцем
  - Печенье соленое
  - Печенье сдобное «10 минут»
  - Печенье шоколадное
  - Печенье «Вечерний чай»
  - Корзиночки с ягодами
  - Хворост
  - Прянички
  - Коржики
- ПИРОЖНЫЕ, ТОРТЫ, КЕКСЫ
  - Пирожное слоеное с яблоками
  - Пирожное песочное с миндалем
  - Пирожное бисквитное на сметане
  - Пирожное со взбитыми сливками или заварным кремом
  - Пирожное бисквитно-кремовое
  - Пирожное «Картошка»
  - Пирожное буше
  - Трубочка слоеная с кремом
  - Пирожное эклер
  - Пирожное «Заварное кольцо»
  - Пирожное меренга
  - Пирожное краковское
  - Пирожное киевское
  - Торт песочный
  - Торт с безе
  - Торт лимонный
  - Торт домашний
  - Торт песочный слоеный
  - Торт «Елена»

- Торт творожный особый
- Торт на одном яйце
- Торт с кофейным кремом
- Торт «Наполеон»
- Сметанник
- Кекс лимонный
- Кекс ванильный
- Кекс майский

- ИЗДЕЛИЯ С МЕДОМ
  - Коврижка медовая
  - Печенье медовое «Домино»
  - Медовик «К вину»
  - Медовик особый
  - Печенье медовое
  - Хлебец орехово-медовый
  - Маковки на патоке
- НАЧИНКИ (для теста, приготовленного из 1 кг муки)
  - Начинка из говядины
  - Начинка из ливера
  - Начинка из рыбы
  - Начинка из рыбы и риса
  - Начинка из риса с яйцами
  - Начинка из гречневой каши
  - Начинка из соленых грибов
  - Начинка из сушеных грибов с рисом
  - Начинка из риса или пшена с изюмом
  - Начинка из свежей капусты
  - Начинка из квашеной капусты с грибами
  - Начинка из зеленого лука с яйцами
  - Начинка из творога
- КРЕМЫ, ПОМАДКИ И ФРУКТОВЫЕ НАЧИНКИ
  - Крем заварной
  - Крем сливочный
  - Крем сливочный со сгущенным молоком
  - Крем масляный на сгущенном молоке
  - Крем масляный на молоке и яйцах (шарлот)
  - Крем масляный на яйцах (глясссе)
  - Крем белковый
  - Крем заварной на яйцах
  - Крем заварной с мукой
  - Крем шоколадный
  - Помадка основная

- Начинка из яблок
- Начинка из кураги
- Глазурь

- СЛАДКИЕ БЛЮДА
  - КИСЕЛИ
    -
    - Кисель вишневый
    - Кисель из сушеной черники или сухих плодов шиповника
    - Кисель молочный
    - Кисель из ревеня
    - Кисель из клюквы с молоком
    - Кисель из вина со взбитыми сливками
    - Кисель из меда
  - КОМПОТЫ, УЗВАРЫ
    -
    - Компот из свежих яблок или груш
    - Компот из свежих абрикосов или слив
    - Компот из свежих яблок и мандаринов
    - Компот из чернослива, изюма и кураги
    - Узвар из яблок и клюквы
    - Узвар из черники
  - ЖЕЛЕ, МУССЫ, САМБУКИ
    -
    - Желе лимонное
    - Желе из ягодного варенья
    - Желе с красным вином
    - Желе «Золотая осень»
    - Желе молочное
    - Желе кофейное
    - Мусс из свежих яблок
    - Мусс лимонный
    - Мусс из ягод
    - Мусс медовый
    - Мусс из мака
    - Мусс клубничный с белками
    - Самбук яблочный
    - Самбук фруктовый
  - КРЕМЫ
    -
    - Крем из сливок
    - Кремы ванильный, шоколадный и кофейный
    - Крем ягодный

- Крем ореховый
- Крем творожный
- Крем лимонный со сливками
- Крем-брюле
- Крем-мокко
- Сливки взбитые с сахаром
- Сливки взбитые с орехами
- «Птичье молоко»

- МОРОЖЕНОЕ, ПАРФЕ
  - 
  - Мороженое сливочное
  - Мороженое из ягод
  - Мороженое молочное
  - Пломбир сливочный
  - Мороженое под шоколадно-ореховым соусом
  - Мороженое «Коньячный аромат»
  - Пломбир яблочный
  - Парфе ягодное
  - Парфе ванильное или ореховое
  - Парфе шоколадное или кофейное
- ПУДИНГИ, СУФЛЕ И ДРУГИЕ СЛАДКИЕ БЛЮДА
  - Пудинг рисовый
  - Пудинг ореховый
  - Пудинг сметанный со взбитыми сливками
  - Пудинг шоколадный на молоке
  - Суфле ягодное или фруктовое
  - Суфле ванильное
  - Суфле шоколадное или ореховое
  - Суфле из сухофруктов или чернослива
  - Гурьевская каша
  - Яблоки в слойке
  - Яблоки в желе
  - Яблоки-безе
  - Шарлотка из яблок
  - Десерт яблочный
  - Груши «Ришелье»
  - Груши в шоколадном соусе
  - Фрукты в сиропе
  - Персики в креме
  - Крокеты фруктовые
  - Чернослив, фаршированный творогом
  - Чернослив в сметане с орехами
  - Апельсины с сахаром и вином

- Кожура апельсиновая в сахаре
- Орех в тесте
- Шарики шоколадные

- СЛАДКИЕ СОУСЫ
  - Соус ванильный
  - Соус из ягод с вином
  - Соус шоколадный
  - Соус из мармелада
  - Соус ванильный
  - Соус яичный

- ХОЛОДНЫЕ И ГОРЯЧИЕ НАПИТКИ
  - ЧАЙ
    -
    - Чай холодный с фруктовым или ягодным соком
    - Чай с молоком
    - Чай лимонный шипучий
    - Чай-пунш
    - Чай брусничный
    - Чай по-узбекски
    - Чай с черным перцем и медом
    - Чай по-шведски
    - Чай яичный
  - КОФЕ
    -
    - Кофе с молоком или сливками
    - Кофе по-восточному
    - Кофе с медом
    - Кофе с мороженым (гляссе)
    - Кофе по-литовски
    - Кофе «Огонек»
    - Напиток кофейный «Мокко»
  - НАПИТКИ ИЗ КАКАО И ШОКОЛАДА, ГОГОЛЬ-МОГОЛЬ
    - Какао
    - Какао со взбитыми сливками
    - Какао с яичным желтком
    - Шоколад
    - Напиток шоколадный по-венски
    - Напиток шоколадный по-бразильски
    - Гоголь-моголь
    - Гоголь-моголь фруктовый
  - ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЕ, ОВОЩНЫЕ И ЦИТРУСОВЫЕ НАПИТКИ

- Морс клюквенный
- Напиток из ревеня
- Напиток «Дамский»
- Оранжад
- Напиток медовый
- Напиток лимонный
- Напиток из клюквенного сока
- Напиток с вином и фруктами
- Напиток «Южный»
- Напиток из помидоров
- Напиток тыквенный острый
- Напиток «Успех»
- Напиток из дыни и арбуза
- Напиток рябиновый
- Элексир ореховый
- Напиток витаминный из шиповника
- Напиток «Весенний»
- Напиток «Освежающий»
- Напиток «Тонизирующий»
- Напиток «Украинский»
- Напиток пивной

- МОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ
  - Напиток молочно-медово-лимонный
  - Напиток молочно-малиново-яичный
  - Напиток молочно-апельсиновый с яйцом и желтком
  - Напиток молочно-ореховый
  - Напиток «Диетический»
- КВАСЫ, МЕДЫ, СБИТНИ
  - Квас хлебный
  - Квас лимонно-медовый
  - Квас броварской
  - Квас березовый
  - Квас молочный
  - Квас с мятой и черной смородиной
  - Сбитень
  - Мед пряный
  - Медок холодный
- КОКТЕЙЛИ, КРЮШОНЫ
  - Коктейль молочный
  - Коктейль шоколадный
  - Коктейль из кефира и ягод
  - Коктейль «Красная шапочка»
  - Коктейль лимонный

- Коктейль «Сенсация»
- Коктейль «Бим-бом»
- Крюшон клубничный
- Крюшон «Детский»
- Крюшон лимонный с черешней
- Крюшон вишневый

- КРЕПКИЕ НАПИТКИ
  - Пунш кофейный
  - Пунш «Римский»
  - Пунш яичный
  - Глинтвейн с яйцом
  - Вино ежевичное
  - Вино из шиповника
  - Ликер яичный
  - Какао-ликер
  - Ром домашний
  - Вишневка
  - Спотыкач
  - Спотыкач из орехов
  - Варенуха
  - Запеканка
  - Паленка
  - Сливянка
  - Терновка

# СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ
# Рецепты на все вкусы и возможности

# ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА И ЗАКУСКИ

## САЛАТЫ

Салаты — легкие, вкусные и питательные блюда. Их готовят: 1) из сырых овощей и фруктов и 2) из вареных и сырых овощей и яблок с добавлением мясных или рыбных продуктов, крабов или раков.

Салаты первой группы подают к жареному или отварному мясу, птице и рыбе. Салаты второй группы употребляют в качестве закуски в начале обеда или ужина.

Для салатов используют преимущественно такие овощи: сырые — зеленый салат, огурцы, помидоры, редиску, сельдерей, морковь, белокочанную капусту; вареные — картофель, морковь, репу, цветную капусту, спаржу, зеленый горошек.

Сырую морковь для салата следует натереть на мелкой терке и смешать с заправкой (майонезом, сметаной). Такой способ обработки моркови обеспечивает наилучшее усвоение содержащегося в ней каротина, из которого в человеческом организме образуется витамин А.

Из фруктов для салатов чаще всего употребляют яблоки. Кроме них, можно использовать груши, апельсины, мандарины, сливы и различные ягоды.

*Мясные продукты* для салатов берут отварные или жареные — говядина, телятина, свинина, птица и дичь; *рыбу*— отварную.

Для заправки салатов можно применять, кроме майонеза и сметаны, растительное масло, смешанное с уксусом, солью, перцем и сахаром. Чтобы придать салатам различные вкусовые оттенки, в заправки добавляют горчицу, соусы «Южный», «Острый» или «Кубанский».

Для приготовления соусов и заправок нужно брать мелкую столовую соль, сахарную пудру и уксус виноградный или настоенный на разных специях.

Каждое блюдо можно считать хорошо приготовленным лишь в том случае, если внешний вид его вызывает аппетит. Поэтому о приятном виде салата следует позаботиться так же, как и о его вкусе. Салаты украшают теми же продуктами, из которых они приготовлены. Для украшения отбирают красивые и ровно нарезанные ломтики яблок, огурцов, моркови, помидоров или дольки яйца, ломтики семги, лососины, а также листики зеленого салата, ягоды клубники, вишни, винограда.

Эти продукты нужно располагать симметрично или в виде

рисунков и узоров различной окраски. Листики салата или ветки сельдерея, помещаемые в середине горки, придают салату законченный вид.

Украшение салатов, как и самый подбор продуктов для приготовления их, можно разнообразить в зависимости от вкуса и изобретательности.

Салаты, как правило, подают на стол в холодном виде. Хранить их нужно в прохладном месте, если нельзя подать на стол немедленно после заправки.

**Подготовка овощей и фруктов для салатов**. От того, как подготовлены продукты для салата, в значительной мере зависят его вкус и вид.

*Зеленый салат*. Отбирают здоровые листья салата и промывают в холодной воде, налитой во вместительную посуду, сменяя воду два-три раза. Чем холоднее вода, тем лучше и крепче становятся листья салата. Затем его выкладывают на решето, чтобы стекла вода.Перед приготовлением салат отсушивают на салфетке.

*Салатный сельдерей*. Отрезают корни, очищают ножом темные места стеблей и, продержав 1—2 часа в холодной воде, промывают два раза в чистой воде.

*Зелень петрушки* замачивают в воде. Ветки петрушки идут для украшения салатов, а стебли используют при варке бульона.

*Огурцы свежие* моют, очищают от кожуры и нарезают ломтиками, соломкой или кубиками. У огурцов из теплиц или парников обычно кожуру не срезают.

*Огурцы соленые* нарезают ломтиками, при этом крупные очищают от кожуры.

*Корнишоны и пикули* нарезают ломтиками или оставляют в целом виде.

*Помидоры для салатов* отбирают спелые, крепкие, промывают в холодной воде, нарезают ломтиками. Если нужно приготовить помидоры без кожуры, то их на 1 минуту опускают в кипящую воду и затем снимают кожуру.

*Лук репчатый и зеленый*. Наиболее хорош для салата крупный и сладкий лук. Его очищают, нарезают очень тонкими круглыми ломтиками, которые разбирают на кольца. Так же подготавливают простой репчатый лук. Чтобы удалить излишнюю горечь, нарезанный лук поливают уксусом. Зеленый лук, очищенный и промытый холодной водой, нарезают для салатов на кусочки по 3—4 см. Для гарнира к сельди и для винегретов лук нарезают более мелко.

*Яблоки и груши* очищают от кожицы; если яблоки нарезают кружочками, то сердцевину с зернами предварительно удаляют

выемкой. Можно яблоки и груши сначала разрезать на четвертинки, вырезать сердцевину и потом уже нарезать ломтиками, соломкой или кубиками.

*Апельсины и мандарины* очищают от корки, разбирают на дольки или нарезают кружками (без зерен). С корки срезают цедру, тонко нарезают и посыпают салат.

*Виноград, вишня, клубника и другие ягоды*. Отбирают здоровые спелые ягоды, промывают в холодной воде, обсушивают на решете; косточки из вишен и черешен удаляют.

*Морковь, репу*, очищенные от кожуры и вымытые, варят (лучше всего в бульоне, предназначенном для супа). Охлажденные овощи нарезают ломтиками или маленькими кубиками (1/2 см). *Картофель* для салатов и винегретов варят в кожуре, очищают и, охладив, нарезают ломтиками.

*Свеклу* варят или запекают в духовом шкафу, очищают и нарезают ломтиками.

*Спаржу*, очищенную от кожуры и вымытую, нарезают палочками длиной 3—4 см и варят в подсоленной воде. Спаржу охлаждают и хранят в отваре.

*Цветную капусту* разбирают на маленькие кочешки, варят и хранят так же, как и спаржу.

*Стручки фасоли и горошка* очищают от жилок и промывают, стручки фасоли нарезают кусочками длиной 2—3 см, стручки горошка разрезают пополам. Каждый сорт стручков варят отдельно в кипящей подсоленной воде. После варки откидывают на дуршлаг и охлаждают.

*Овощи консервированные* (горошек, фасоль, цветная капуста, морковь, свекла, помидоры и др.) очень удобны для салатов, так как не требуют предварительной подготовки и варки.

Перед заправкой салата овощи откидывают на сито или дуршлаг для отсушки.

## Салат со сметаной и яйцом

Обмытый и обсушенный зеленый салат нарезать и сложить в миску. Яйца, сваренные вкрутую, нарезать тонкими ломтиками и смешать с соусом из сметаны и уксуса. Перед самой подачей к столу заправить салат сметанным соусом с яйцом, уложить в салатник, обложить кружочками свежих огурцов и посыпать мелко нарезанным укропом или зеленью петрушки. Подают салат ко всем мясным и рыбным блюдам.

На 300 г салата зеленого — 1 огурец свежий, 1 яйцо, 1/2 стакана соуса из сметаны и уксуса.

## Салат с маслом и уксусом

Обмытый и обсушенный зеленый салат нарезать поперек листьев и сложить в салатник.

Перед подачей на стол полить приготовленным соусом из уксуса и растительного масла, перемешать и посыпать укропом или зеленью петрушки. Можно прибавить свежие огурцы, нарезанные кружочками, а также корочки белого хлеба, натертые чесноком и нарезанные в виде маленьких ромбов и уложенные поверх салата. Подают салат ко всем блюдам из жареного и вареного мяса, а также к жареной рыбе.

На 300 г салата зеленого — 1/4 стакана соуса из уксуса и масла растительного.

## Салат «Здоровье»

Обмытые свежие огурцы, сырую морковь и яблоки нарезать тонкой соломкой, а листики салата на 3—4 части каждый. Все перемешать и заправить сметаной, добавив лимонный сок, соль, сахар. Сверху салат украсить помидорами, нарезанными ломтиками.

На 2 огурца — 2 моркови, 2 яблока, 2 помидора, 100 г салата зеленого, 1/2 стакана сметаны, 1/4 лимона.

## Салат из свежих огурцов в сметане

Вымытые и очищенные огурцы нарезать тонкими ломтиками, уложить в салатник. Перед подачей к столу огурцы слегка посолить, посыпать перцем и полить сметаной, смешанной с солью и уксусом. Сверху посыпать укропом. Подают салат к мясным и рыбным котлетам, к жареному мясу и рыбе или как самостоятельное блюдо.

На 3 огурца — 1/4 стакана сметаны и 1/2 ст. ложки уксуса.

## Салат из редиски со сметаной

Редиску промыть и нарезать тонкими ломтиками. Желток сваренного вкрутую яйца растереть в миске, добавив сметану и соль. После этого положить редиску, добавить тонко нарезанный белок яйца и перемешать.

На 2—3 пучка редиски — 1 яйцо, 1/2 стакана сметаны.

## Салат из свежих помидоров и огурцов

Вымытые свежие помидоры и огурцы нарезать тонкими кружочками, посыпать солью и перцем и красиво уложить в салатник. К моменту подачи на стол полить уксусом, смешанным с растительным маслом, сверху посыпать укропом или зеленью петрушки.

Салат можно приготовить из одних огурцов или из одних помидоров. Свежие помидоры можно заменить консервированными. В этот салат по желанию добавляют репчатый лук, нарезанный тонкими кольцами, или мелко нарезанный зеленый лук. Подают салат к мясными и рыбным котлетам, к вареному или жареному мясу и рыбе, а также как отдельное блюдо.

На 5—6 помидоров — 2—3 огурца, 2 ст. ложки масла, 3—4 ст. ложки уксуса.

## Салат овощной

Блюдо для салата натереть чесноком. Помидоры и огурцы нарезать тонкими кружочками и выложить на блюдо — слой помидоров, слой огурцов, пересыпая измельченным репчатым луком. Овощи не перемешивать, а только поливать заправкой, приготовленной из растительного масла, уксуса, соли и перца, причем каждый слой поливать в отдельности. Салат посыпать тертым хреном.

На 4 помидора — 2 огурца, 2 луковицы, чеснок, хрен.

Для заправки — 1 ст. ложка масла, 2 чайные ложки уксуса, перец черный молотый, соль.

## Салат из помидоров и сладкого зеленого перца

Сладкий перец, помидоры и огурцы вымыть, нарезать и смешать. Положить к ним тонко нашинкованный лук и измельченную зелень петрушки. Заправить салат лимонным соком по вкусу. Перед подачей на стол оформить горкой и полить растительным маслом. Сверху натереть брынзы. По желанию

можно нарезать жгучего перца.

На 80 г помидоров и 80 г перца сладкого стручкового зеленого — 40 г огурцов, 20 г лука, 15 г брынзы, 1 ст. ложка масла, зелень петрушки, лимонный сок, стручок перца жгучего.

## Салат из корнеплодных овощей и стручкового перца

Корнеплоды очистить, хорошо промыть щеткой и натереть на крупной терке. Перец очистить от плодоножек и семян, вымыть, нарезать тонкой соломкой и смешать с остальными овощами. Добавить смолотые орехи, лимонный сок и измельченную зелень петрушки. Салат можно расположить на тарелке небольшими горками, посыпать каждую молотыми орехами и измельченной петрушкой, а вокруг них сделать розетку из лимонных долек.

На 50 г корнеплодов (моркови или пастернака) - 50 г перца красного сладкого стручкового, 25 г орехов грецких или арахиса, зелень петрушки, лимонный сок.

## Салат из риса с красным перцем

Красный стручковый перец испечь, очистить и нарезать в длину. Добавить сваренный рис, зеленый горошек, соль, перец черный молотый, уксус и тщательно перемешать.

На 4—5 стручков перца красного — 100 г риса, 150 г горошка зеленого, уксус, соль, перец черный молотый.

## Салат из свеклы

Сварить или испечь в духовом шкафу свеклу, очистить ее, нарезать соломкой, сложить в миску, посолить, посыпать перцем, прибавить масло, уксус, перемешать и уложить в салатник. Сверху посыпать укропом или зеленью петрушки. Подается салат к жареному и вареному мясу. Салат из свеклы можно приготовить и с картофелем. В этом случае свеклы и картофеля взять поровну.

На 2—3 шт. свеклы — 2 ст. ложки масла растительного, 1/4 стакана уксуса.

## Салат картофельный

Сваренный картофель очистить от кожуры, нарезать ломтиками, сложить в миску, посолить, посыпать перцем, смешать с уксусом и растительным маслом. Затем положить горкой в салатник и посыпать укропом, зеленью петрушки или мелко нарезанным зеленым луком.

Подается салат к горячему и холодному жареному мясу, телятине, баранине, свинине и рыбе, а также как отдельное блюдо. Особенно вкусен этот салат, если он приготовлен из свежесваренного теплого картофеля.

На 500 г картофеля — 50 г лука зеленого, 2 ст. ложки масла, 1/4 стакана уксуса.

## Салат из молодого картофеля

Картофель вымыть щеткой, вместе с кожицей нарезать или натереть. Положить мелко нарубленные листья сельдерея, нарезанные помидоры, молотые орехи, мед и масло. Размешать салат, украсить дольками помидоров и зеленью сельдерея.

На 50 г картофеля молодого — 100 г помидоров, 20 г листьев сельдерея, 30 г орехов грецких или семечек подсолнечных, 15 г меда, 1 ст. ложка масла растительного.

## Салат из картофеля с шампиньонами

Картофель отварить, нарезать мелкими кусочками, смешать с нашинкованной капустой и отварными шампиньонами. Заправить уксусом, маслом растительным, сахаром.

На 3—4 картофелины — 100 г капусты квашеной, 100 г шампиньонов, 1 ст. ложка уксуса, 3 ст. ложки масла, 1—2 чайные ложки сахара.

## Салат из красной капусты

Очистить и обмыть кочан красной капусты, разрезать на четвертинки, вырезать кочерыжку и очень тонко нашинковать острым ножом или на шинковке. Потом капусту сложить в кастрюлю, обдать крутым кипятком, накрыть крышкой, дать постоять 20—30 минут, откинуть на сито или дуршлаг; затем облить холодной водой, отжать, сложить в салатник, залить уксусом, посолить, положить сахар, перемешать и дать постоять

20—30 минут. В капусту можно прибавить столовую ложку растительного масла.

Капусту для этого салата можно не обдавать кипятком, а посыпать солью и перетирать руками до тех пор, пока капуста не станет мягкой и не начнет выделять темный сок; тогда ее нужно отжать и залить уксусом, добавить сахар и перемешать. Через несколько минут капуста примет яркую окраску. Этот салат подают к мясу, дичи, домашней птице и рыбе.

На 500 г капусты - 1/4 стакана уксуса, 1/2 ст. ложки сахара.

## Салат из белокочанной капусты

Очистить и обмыть кочан капусты, удалить кочерыжку, тонко нашинковать, слегка посолить и перетереть руками, чтобы капуста стала мягкой. Выделяющийся сок отжать. После этого капусту положить в салатник, залить уксусом, смешанным с сахаром, и в таком виде оставить на 30—40 минут. В капусту хорошо добавить 1 ст. ложку растительного масла.

Салат можно приготовить и другим способом. Нашинкованную капусту положить в кастрюлю, прибавить соль, уксус и, непрерывно помешивая, нагревать, пока капуста осядет и станет мягкой. После этого капусту охладить, заправить сахаром и маслом.

На 500 г капусты — 1/4 стакана уксуса, 1/2 ст. ложки сахара.

## Салат из белокочанной капусты с яблоками и сельдереем

Очищенные яблоки нарезать ломтиками, сельдерей нарезать соломкой длиной 4—5 см. Белокочанную капусту подготовить так же, как указано выше. Все это перемешать, сложить в салатник, прибавить сахар и полить уксусом. Этот салат подают ко всем жареным и вареным мясным блюдам, к жареной и отварной рыбе, на гарнир к холодным мясным и рыбным блюдам, а также как самостоятельное блюдо.

На 500 г капусты белокочанной — 1 стебель сельдерея (салатного или корневого), 1 яблоко, 1/4 стакана уксуса, 1/2 ст. ложки сахара.

## Салат из квашеной капусты

Квашеную капусту смешать с сахаром и растительным маслом. Можно прибавить свежие или моченые яблоки, нарезанные ломтиками, салатный сельдерей, бруснику свежую или моченую. Подают этот салат к сосискам, сарделькам, жареной свинине, отварной домашней птице.

На 500 г капусты квашеной шинкованной — 1 ст. ложка масла, 1—2 ст. ложки сахара.

## Салат из квашеной капусты и мороженого перца

Капусту и перец нарезать тонкой соломкой, а яблоки и помидоры тонкими ломтиками (замороженные овощи режут, не размораживая). Размешать салат и полить маслом. Подавать, украсив дольками яблок.

На 60 г капусты квашеной и 60 г перца замороженного стручкового сладкого — 40 г помидоров мороженых красных, 40 г яблок, 1 ст. ложка масла растительного.

## Салат «Весна»

Нарезать обмытый и отсушенный зеленый салат, положить горкой в салатник. Вокруг салата расположить нарезанные кружочками морковь, помидоры, картофель, редиску, огурцы, а также зеленый лук. В центре горки зеленого салата разместить кружочки сваренных вкрутую яиц. Из сметаны, уксуса и сахара приготовить соус. При подаче на стол салат слегка посолить; соус подать отдельно в соуснике.

На 100 г салата зеленого — 2 яйца, 2 огурца свежих, 1 пучок редиски красной, 1 морковь вареная, 2—3 картофелины, 2 помидора, 50 г лука зеленого, 3/4 стакана сметаны, 1 ст. ложка уксуса, 1/2 чайной ложки пудры сахарной.

## Салат из фруктов

Вымытые фрукты — яблоки, груши, апельсины, мандарины — очистить от кожицы, нарезать дольками (без зерен и сердцевины) и сложить в миску. К моменту подачи на стол фрукты посыпать сахарной пудрой и, слегка посолив, смешать с майонезом и лимонным соком. Затем все это сложить горкой в салатник и

посыпать цедрой апельсина, нарезанной очень тонкой соломкой. Украсить салат можно теми же фруктами, а также вареным черносливом, виноградом и ягодами. В зависимости от сезона, фрукты можно подобрать различные (персики, абрикосы, сваренную айву, а также ягоды — землянику, клубнику и др.), но обязательно в сочетании с яблоками. Подается салат к холодному жареному или вареному мясу, телятине, баранине, птице или дичи, а также как самостоятельное блюдо.

На 3 яблока — 1 груша, 1 апельсин, 1 мандарин, 1/4 стакана майонеза, 1/4 лимона, 1 чайную ложку пудры сахарной.

**Салат фруктовый со сметаной**

Нарезанные и красиво уложенные на тарелку фрукты полить медом и лимонным соком.

На 50 г яблок — по 40 г груш, абрикосов, слив и персиков, по 30 г сметаны и меда, лимонный сок.

**Салат плодовый с орехами**

Арбуз и дыню очистить от коры и нарезать небольшими одинаковыми кубиками. Груши вместе с семенниками нарезать тонкими ломтиками вместе с кожицей. Смородину очистить от веточек. Размешать плоды и красиво разложить на тарелке. Побрызгать лимонным соком и медом, посыпать молотыми орехами.

На 80 г арбуза и 80 г дыни — 80 г смородины, по 50 г груш и орехов грецких, 30 г меда, лимонный сок.

**Салат из мяса**

Мясо вареное или жареное, очищенный вареный картофель и огурцы нарезать ломтиками, сложить в миску, добавив майонез, соль и уксус. Затем все это перемешать, сложить в салатник в виде горки и украсить листиками салата, нарезанными огурцами и кусочками мяса.

На 200 г мяса — 4—5 картофелин, 2 огурца, 100 г салата зеленого, 1/2 стакана майонеза.

## Салат из мяса с помидорами

Картофель отварить «в мундире», очистить. Мясо, помидоры, картофель нарезать тонкими ломтиками. В салатницу положить слой помидоров, посолить, поперчить, затем слой картофеля, опять посолить и поперчить. Желтки яиц протереть через сито, смешать с горчицей, солью, перцем, измельченным луком и укропом, добавить уксус и масло, хорошо перемешать. Салат полить приготовленной заправкой, украсить дольками яйца и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

На 300 г мяса вареного — 4 картофелины, 300 г помидоров свежих, 1 яйцо вареное, перец черный молотый, соль.

Для заправки — 5 яиц, 1 ст. ложка горчицы сухой, соль, перец черный молотый, 1 луковицу, зелень укропа, 4 ст. ложки уксуса, 6 ст. ложек масла оливкового (растительного).

## Салат «Фигаро»

Вареный телячий язык, припущенный сельдерей, анчоусы и салат нарезать соломкой, вареную свеклу — кружочками, тщательно перемешать, заправить майонезом и посолить. В майонез предварительно добавить мелко нарезанные очищенные свежие помидоры.

На 200 г языка телячьего — 1 свеклу, 1 корень сельдерея, 40 г салата зеленого, 20 г анчоусов, 2 помидора свежих, майонез, соль.

## Салат с колбасой или ветчиной

Нарезать зеленый салат. Колбасу или ветчину, картофель, сельдерей, яблоки и корнишоны нарезать ломтиками, сложить в миску. Майонез смешать с небольшим количеством горчицы, мелко нарезанной зеленью петрушки и эстрагоном, прибавить уксус и посолить по вкусу. Заправить подготовленные продукты соусом, уложить в салатник и, при желании, украсить сверху ломтиками вареной свеклы, яблока и кольцами лука.

На 200 г колбасы или ветчины — 3—4 картофелины, 50 г сельдерея, 75 г корнишонов или огурцов

маринованных, 1 яблоко, 75 г салата, 1/2 стакана майонеза.

## Салат из дичи

Филе вареного (или жареного) рябчика или куропатки, картофель, огурцы (или корнишоны), сваренное вкрутую яйцо и очищенное яблоко нарезать тонкими ломтиками, листья салата разрезать на 2-3 части каждый, сложить все это в миску, посолить и смешать с майонезом, добавив соль, уксус (или лимонный сок) и 1/2 чайной ложки сахарной пудры. Заправленный салат уложить горкой в салатник, украсить листиками зеленого салата и дольками сваренных вкрутую яиц, а также ломтиками помидоров и свежих огурцов.

На 1 рябчика или 1 куропатку — 4—5 картофелин, 2 огурца свежих или соленых, 100 г салата, 2 яйца, 1 яблоко, 1/2 стакана майонеза, 1/2 ст. ложки соуса «Южный», 1 ст. ложку уксуса (или лимонный сок), 1/2 чайной ложки сахарной пудры.

## Салат из зелени с дичью

На середину салатника горкой поместить нарезанный зеленый салат, вокруг которого расположить все овощи «букетами» так же, как в салате «Весна». Филе рябчика нарезать тонкими широкими ломтиками и уложить на зеленый салат в виде пирамидки, в середину которой поместить красивую ветку сельдерея или листики салата. При подаче на стол салат сверху слегка посолить и полить заправкой из масла и уксуса. Салат можно приготовить с мясом домашней птицы, а свежие овощи заменить консервированными (спаржей, цветной капустой, горошком, стручками фасоли, помидорами и др.).

На 1 рябчика (жареного или вареного) — 2—3 вареных картофелины, 1 огурец свежий, 100 г спаржи или капусты цветной, 1 морковь вареную, 100 г стручков фасоли или горошка зеленого, 1 помидор, 10 г салата, 1/3 стакана заправки из масла растительного и уксуса.

## Салат из рыбы с помидорами

Сваренную охлажденную рыбу (осетрину, севрюгу, белугу, судака, лососину) нарезать маленькими кусочками; очищенные картофель, свежий огурец, корнишоны и помидоры нарезать

ломтиками, сложить все в миску, прибавить нарезанный зеленый салат. Перед подачей на стол продукты слегка посолить и смешать с майонезом и уксусом. Затем уложить горкой в салатник, поместив в центре горки красивые листики зеленого салата, а вокруг, по овалу, уложить кружки помидоров и огурцов. Можно салат украсить икрой — паюсной, зернистой или кетовой, ломтиками семги, лососины, кеты, осетрины и маслинами без косточек. В салат можно црибавить репчатый или зеленый лук (50 г).

На 200 г филе рыбы — 1 помидор, 1 огурец свежий, 3 вареных картофелины, 75 г салата зеленого, 75 г корнишонов или 1 огурец соленый, 1/2 стакана майонеза, 1 ст. ложку уксуса.

## Салат из трески с хреном

Сваренную холодную треску нарезать кусочками. Очищенный картофель и огурцы нарезать ломтиками. В миску положить натертый хрен, добавить майонез, соль, уксус, смешать с нарезанной рыбой, картофелем, огурцом и переложить в салатник. Салат украсить кусочками огурца, мелко нарезанным зеленым луком, натертым хреном и ветками зелени петрушки.

На 250 г филе трески — 4—5 картофелин, 2 огурца, 100 г хрена, 1/2 стакана майонеза, 2 чайные ложки уксуса, 50 г лука зеленого.

## Салат из трески с майонезом

Сельдерей, редиску, огурцы и яблоки нарезать соломкой длиной 3—4 см, сложить в миску и поставить в холодное место. Сваренную охлажденную рыбу без кожи и костей нарезать на куски по числу порций, сложить в тарелку, облить уксусом и также поставить в холодное место. Перед тем как подать к столу, овощи слегка посолить, смешать с 2—3 ст. ложками майонеза и уложить на листики салата, обсушенного на салфетке; поверх овощей положить куски рыбы и залить оставшимся майонезом. Можно разнообразить вкус салата, изменив набор овощей.

На 200 г филе трески — 50 г сельдерея салатного, 1 яблоко, 1 пучок редиски, 1 огурец, 100 г салата, 1/2 стакана майонеза, 1 ст. ложку уксуса.

## Салат из печени трески

Печень трески мелко порубить и соединить с тертым голландским сыром. Оставшийся в банке жир заправить мелко нарубленным чесноком, зеленью петрушки и приготовленной смесью залить печень трески. Хорошо перемешать и украсить зеленью.

На 1 банку печени трески — 8 зубков чеснока, 4 ст. ложки сыра тертого, 2 ст. ложки измельченной петрушки, перец, соль.

## Салат из помидоров с печенью трески

Печень трески, помидоры и огурцы нарезать ломтиками, добавить мелко нарезанный зеленый лук, соль, перец, заправить оставшимся тресковым жиром, выложить в салатник и украсить зеленью петрушки.

На 1 банку печени трески — 5 помидоров, 4 огурца, 4 ст. ложки нарезанного лука зеленого, соль, специи.

## Салат из крабов

Подготовленные овощи нарезать маленькими кубиками, помидоры — кружочками. Перед подачей к столу нарезать зеленый салат, оставив несколько листиков для украшения, и положить горкой в салатник. Вокруг горки салата расположить овощи отдельными «букетами» В центре горки на зеленом салате расположить кусочки крабов (без сока). Перед подачей на стол овощи слегка посолить и полить заправкой, приготовленной из масла и уксуса с добавлением сока крабов, Крабы залить майонезом и украсить листиками салата.

Точно так же можно приготовить салат из раковых шеек.

На 1 банку крабов — 1 репу вареную, 1 морковь вареную, 2—3 картофелины вареных, 1 огурец свежий, 1 помидор, 100 г горошка зеленого или стручков фасоли, 100 г салата, 1/3 стакана майонеза, 1 ст. ложку масла растительного, 2 ст. ложки уксуса.

## Салат картофельный с пастой «Океан»

Соленые огурцы, отварной картофель нарезать ломтиками, репчатый лук мелко порубить, зеленый нашинковать, пасту «Океан» припустить. Подготовленные продукты смешать с майонезом, добавить соль, перец и осторожно перемешать.

На 560 г салата картофельного — 370 г пасты «Океан», 130 г майонеза, лук, соль, перец.

**Салат рисовый с пастой «Океан»**

Сварить рассыпчатый рис и охладить. Крутые яйца мелко порубить. Подготовленные продукты смешать с консервированным зеленым горошком, пастой «Океан», заправить солью, перцем и частью майонеза. Массу осторожно вымешать, выложить горкой в салатник, украсить оставшимся майонезом и зеленью.

На 40 г риса отварного — 3 яйца, 90 г горошка зеленого консервированного, 300 г пасты «Океан», 130 г майонеза, 3 г зелени, соль, перец.

**Салат из сельди**

Очищенную сельдь нарезать кусочками, а овощи и яблоки — тонкими ломтиками. Приготовить соус: желток сваренного вкрутую яйца растереть с солью, горчицей и маслом, причем масло надо подливать небольшими порциями, чтобы соус получился густой. Потом прибавить уксус. Перед подачей на стол нарезанные продукты смешать с соусом и мелко нарезанным луком и зеленью петрушки или укропом. Салат поместить в салатник и украсить ломтиками свеклы, сельди и яичным белком.

На 1 некрупную сельдь — 2 картофелины вареных, 1 яблоко, 1 огурец соленый, 1 головку лука, 1 свеклу вареную, 1—2 яйца, 3 ст. ложки масла растительного, 2 ст. ложки уксуса, 1 чайную ложку горчицы.

**Салат из фасоли**

Фасоль, предварительно замоченную, сварить, откинуть на сито и охладить. Одновременно отварить морковь и нарезать кубиками, а очищенный сельдерей тонко нашинковать соломкой; прибавить промытый нарезанный зеленый салат и все это перемешать. Затем положить в салатник горчицу, соль, сахар, все

это растереть, постепенно подливая растительное масло, а затем и уксус. Подготовленные продукты положить в салатник, перемешать, сделать из них горку и украсить ее листьями салата, морковью и, по желанию, ломтиками яблок.

На 1 стакан фасоли — 2—3 моркови, 75 г сельдерея, 200 г салата, 2 ст. ложки масла; горчица, уксус, сахар.

## Винегрет из овощей

Вареный картофель, яблоки, огурцы, морковь очистить, нарезать ломтиками, кубиками или соломкой, сложить в миску, прибавить квашеную шинкованную капусту. Горчицу, соль, перец, сахар растереть с маслом и развести уксусом. Перед тем как подать к столу, овощи смешать с приготовленным соусом, уложить в салатник, украсить ломтиками свеклы, посыпать зеленым луком и укропом. Можно украсить винегрет также свежими огурцами и помидорами. Винегрет получается более вкусным, если его заправить майонезом.

Винегрет с солеными грибами готовят точно так же, причем берут разные грибы — примерно 25 г на порцию.

На 4—5 картофелины вареных — 1 свеклу, 1 морковь, 2 огурца соленых, 1 яблоко свежее или моченое, 100 г капусты квашеной, 50 г лука зеленого, 2—3 ст. ложки растительного масла, 1/4 стакана уксуса, 1 чайную ложку горчицы, сахар.

## Винегрет из фаршированного перца с картофелем

Очищенные картофель и сваренное вкрутую яйцо нарезать тонкими ломтиками, сложить в миску, прибавить перец, нарезанный на части, посолить, перемешать и поместить горкой в салатник. Горку обложить кантиком из мелко нарезанного лука, украсить дольками яйца ц посыпать укропом.

На 1 банку (500 г) перца фаршированного — 5—6 картофелин вареных, 1 яйцо, 100 г лука зеленого.

## Винегрет с консервированным мясом

Очищенные огурцы и картофель нарезать тонкими ломтиками. Мясо нарезать маленькими кусочками. Все сложить в миску и смешать с майонезом, солью, перцем, горчицей и мелко

нарезанным зеленым луком. Винегрет поместить горкой в салатник, украсить ломтиками свеклы, дольками сваренного вкрутую яйца, а также, по желанию, листиками салата, а затем посыпать укропом.

На 1 банку (338 г) мяса тушеного — 5—6 картофелин вареных, 3 огурца соленых, 1 свеклу вареную, 100 г лука зеленого, 1—2 яйца, 1/2 стакана майонеза, 1 чайную ложку горчицы, 1 ст. ложку уксуса.

### Винегрет с кальмаром

Сваренные и очищенные от кожицы свеклу, морковь, картофель, соленые огурцы нарезать ломтиками, репчатый лук — кольцами, зеленый лук — мелкими кружками. Квашеную капусту отжать от рассола. Кальмары почистить, помыть, отварить в подсоленной воде и мелко нашинковать. Подготовленные овощи соединить с нашинкованными кальмарами, заправить салатной заправкой или майонезом, хорошо перемешать и выложить в салатник. Украсить винегрет морковью, свеклой, огурцами, укропом и зеленью петрушки.

Для приготовления салатной заправки соль, сахар и перец соединить с уксусом, влить растительное масло и хорошо перемешать.

На 400 г кальмаров — 1 свеклу, 1 морковь, 2—3 картофелины, 10—15 стеблей лука зеленого, 1 луковицу, 1 огурец, 3/4 стакана капусты квашеной, перец, сахар, соль.

Для заправки — 3 ст. ложки масла растительного, 2 ст. ложки уксуса, перец, сахар, соль.

## БУТЕРБРОДЫ

Для бутербродов можно использовать разнообразные продукты: холодное отварное или жареное мясо, отварной или копченый язык, ветчину, различные колбасы, сыр, вареную осетрину, белугу, копченую севрюгу, лососину, семгу, балык, кету, кильки, шпроты, сардины, икру зернистую, паюсную и кетовую и др.

Хлеб любого сорта, нарезанный ломтиками толщиной около 1 см, намазывают сливочным маслом (холодное, сильно затвердевшее масло нарезают тонкими пластинками, которые

кладут на ломтики хлеба). Поверх масла кладут такого же размера кусочек какого-либо из указанных продуктов или слой икры. Кильки и сельдь для бутербродов берут очищенными от костей и кладут на хлеб с кусочками сваренных вкрутую яиц.

## БУТЕРБРОДЫ ПРОСТЫЕ

### *Бутерброды с килькой*

Ломтики хлеба намазать яичным маслом, положить очищенные кильки, посыпать мелко порезанным зеленым луком.

На 200 г хлеба ржаного — 50 г масла яичного, 8—10 килек, 1 чайную ложку мелко порезанного лука зеленого.

### *Бутерброды с копченой рыбой*

Ломтики хлеба покрыть толстым слоем майонеза. Сверху положить кусочки очищенной копченой рыбы, ломтики помидора, украсить зеленью.

На 200 г хлеба ржаного или пшеничного— 150 г рыбы копченой, 1 помидор, 4 ст. ложки майонеза, зелень укропа, петрушки.

### *Бутерброды со шпиком*

Ломтики хлеба намазать горчичным маслом, сверху положить тонкие ломтики шпика и тертый хрен, украсить зеленью.

На 200 г хлеба ржаного — 100 г шпика, 20 г масла горчичного, 2 чайные ложки хрена тертого, зелень петрушки, укроп, лук зеленый.

### *Бутерброды с колбасой*

Ломтики хлеба намазать маслом, положить ломтики колбасы, украсить ломтиками огурца и помидора.

На 200 г хлеба ржаного или пшеничного — 100 г

колбасы вареной, 100 г масла сливочного, 1/4 огурца соленого, 1/4 помидора свежего.

### *Бутерброды с сыром*

Ломтики хлеба намазать маслом, сверху положить ломтики сыра, украсить ломтиком помидора или полосками сладкого перца.

На 200 г хлеба ржаного или пшеничного — 100 г сыра, 30 г масла сливочного, 1 помидор или перец сладкий.

### *Бутерброды с яйцом*

Ломтики хлеба смазать майонезом, сверху положить ломтики яйца, посолить и посыпать рубленым зеленым луком или укропом.

На 200 г хлеба белого — 2 яйца вареных, 4 чайные ложки майонеза, соль, лук зеленый или укроп.

### *Бутерброды с паштетом из маслин*

Маслины без косточек протереть через сито, добавить размягченное сливочное масло, лук, перец. Полученную смесь взбить и намазать на ломтики хлеба.

На 200 г хлеба пшеничного — 12 маслин, 30 г масла сливочного, 1 чайную ложку нарезанного лука зеленого, перец.

### *Бутерброды с ветчиной*

Хлеб смазать горчичным маслом или маслом с хреном. Сверху положить ломтик ветчины, украсить ломтиком огурца или помидора.

На 200 г хлеба ржаного — 100 г ветчины, 30 г масла горчичного или с хреном, 1/4 огурца соленого или помидора.

### *Бутерброды с ветчиной, яйцом и сыром*

Ломти хлеба слегка поджарить, ветчину или колбасу, сыр, круто сваренные яйца нарезать мелкими кубиками, смешать со сметаной, посолить, поперчить, добавить томат-пюре. Полученный салат уложить горкой на подготовленный хлеб, украсить ломтиками огурца, помидора или стручкового перца (сладкого), листьями салата, укропа.

На 500 г хлеба — 20 г масла или маргарина, 200 г ветчины или колбасы нежирной, 150 г сыра, 3 яйца, 2—3 ст. ложки сметаны, 2 помидора или перца стручковых, 1 огурец, соль, перец, томат-пюре, листья салата или укроп.

### *Бутерброды с печеночным паштетом и огурцом*

Ломти хлеба намазать маслом, сверху — паштетом и на него уложить ломтики огурца.

На 50 г хлеба ржаного или пшеничного 25 г масла сливочного, 250 г паштета печеночного, 1 огурец соленый.

### *Бутерброды с картофелем, сельдью и луком*

Ломти хлеба смазать маслом, покрыть кусочками отварного картофеля, сверху уложить кусочки сельди, покрыть луком, нарезанным кольцами. Украсить зеленью укропа или петрушки, ломтиками сладкого красного перца или свежих помидоров.

На 500 г хлеба ржаного — 5 картофелин отварных, 30 г масла горчичного или яичного, 1 сельдь, 1 луковицу, зелень, помидор или перец сладкий.

### *Бутерброды с сардинами и яичницей*

Ломти хлеба намазать маслом, сверху положить яичницу, вокруг — ломтики огурца или редиса, по бокам — сардины. Украсить зеленью петрушки.

На 500 г хлеба белого — 30 г масла сливочного, 5—6

небольших сардин, 5 яиц, 10 редисок или 2 огурца свежих, зелень петрушки.

### *Бутерброды с телятиной и зеленым салатом*

Ломти хлеба поджарить, остудить и покрыть тонким слоем майонеза. На каждый ломтик положить вареную телятину, сбоку уложить приготовленный салат. Украсить ломтиками свежего помидора или редиса, зимой — консервированными помидорами или сладким перцем.

Для салата: мелко нарезанный зеленый салат и огурец смешать с вареньем и тертым сыром.

На 500 г хлеба белого — 30 г масла сливочного, 5 кусков телятины жареной по 50 г, 3 ст. ложки майонеза, 100 г салата зеленого, 2 огурца соленых, 2 ст. ложки варенья брусничного или рябинового, 3 ст. ложки сыра тертого, 2 помидора или 5—6 редисок.

## БУТЕРБРОДЫ ЗАКУСОЧНЫЕ (КАНАПЕ)

Канапе — маленькие бутерброды толщиной 0,5—0,8 см, шириной или диаметром 3—4 см, форма разнообразная. Готовят их на любом хлебе или печенье, подают к кофе, чаю, как закуску перед обедом или к ужину.

Хлеб лучше использовать плотный, слегка черствый, мягкий хлеб подсушить в духовом шкафу или поджарить на масле до образования румяной корочки. Канапе прокалывают шпажкой, при помощи которой их удобно есть. Из 50 г хлеба получается 4—8 бутербродов.

### *Канапе с сыром и яйцом*

Маленькие ломтики хлеба поджарить на масле, охладить, намазать сырным или сливочным маслом. Яйцо сварить вкрутую, желток размельчить вилкой, смешать с натертым на терке плавленым сыром, заправить томатом-пюре и полученной смесью покрыть подготовленный хлеб. Украсить яичным белком.

На 200 г хлеба белого — 80 г масла, 100 г сыра плавленого, 2 яйца, 1 ст. ложку томата-пюре.

### *Канапе с сыром и окороком*

Длинные полоски сыра и окорока уложить по краям ломтика намазанного маслом хлеба. Между ними разложить нарезанные яйца и зелень. Разрезать на маленькие бутерброды. Украсить сливочным маслом, выпустив в виде сетки на каждый бутерброд из корнетика (сделанный из пергаментной бумаги кулечек с узким отверстием).

На 200 г хлеба пшеничного — 40 г масла сливочного, 80 г окорока, 60 г сыра, 1 яйцо, зелень.

### *Канапе с сыром и грецкими орехами*

Ломти хлеба намазать маслом, сверху положить ломтики сыра. Разрезать на квадратные бутерброды, каждый посыпать толчеными грецкими орехами, украсить редисом и консервированными плодами.

На 200 г хлеба пшеничного — 60 г масла сливочного, 100 г сыра, 7 орехов грецких; плоды консервированные по 1 на бутерброд, редис.

### *Канапе с сардинами*

Хлеб нарезать небольшими прямоугольниками — длиной 6, шириной 2 см, поджарить на масле, охладить, намазать маслом. Посредине каждого бутербродика положить половину разделанной вдоль сардины. По бокам уложить с одной стороны полоски свежего огурца, а с другой — полоски помидора. Украсить зеленью петрушки, на середину каждого положить кусочек белка, а в кружок его — кусочек маслины.

На 200 г хлеба пшеничного — 100 г масла сливочного, 10 сардин, 1/2 огурца свежего, 1 помидор, 1 белок яйца, 5 маслин, зелень петрушки.

### *Канапе с икрой и севрюгой*

Полосы хлеба покрыть тонким слоем масла, сверху уложить ломтики севрюги так, чтобы они полностью закрывали хлеб.

Нарезать бутерброды желаемой формы, сверху горкой уложить икру. Оформить свежими огурцами и зеленым луком.

На 200 г хлеба пшеничного — 50 г масла сливочного, 20 г икры черной или красной, 100 г севрюги, 1/2 огурца свежего, лук зеленый.

### *Канапе с яйцом и икрой*

Ломти хлеба в виде полос поджарить на сливочном масле, разрезать на маленькие гренки круглой формы, охладить, смазать сливочным маслом. Сверху на каждый положить ломтик яйца, посредине его икру. Украсить листиками петрушки.

На 200 г хлеба пшеничного — 50 г масла сливочного, 2 яйца, 30 г икры черной или красной, зелень петрушки.

### *Канапе «Мозаика»*

Хлеб нарезать маленькими ломтиками произвольной формы. Мелко нарезать ветчину, маслины без косточек, круто сваренные яйца Перемешать, добавить майонез, заправить солью, лимонным соком, столовой горчицей, черным молотым перцем. Хорошо растереть и нанести на ломтики хлеба.

На 200 г хлеба ржаного — 100 г ветчины, 10 маслин, 1 яйцо, 2 ст. ложки майонеза, соль, лимонный сок, горчица, перец черный молотый.

### *Канапе с отварным языком*

Хлеб нарезать кружочками и обжарить в масле. Полученные гренки намазать маслом с хреном, сверху уложить кусочек отварного языка, смазать майонезом, положить кусочек свежего огурца или помидора, посыпать смесью нарезанной зелени и вареного яйца.

На 200 г хлеба ржаного — 2 ст. ложки масла сливочного, 100 г языка отварного, 50 г масла с хреном, 1/2 яйца, 1/2 огурца или помидора, 2 ст. ложки майонеза, 1 ст. ложку зелени нарезанной.

## БУТЕРБРОДЫ СЛОЕНЫЕ И МНОГОСЛОЙНЫЕ

Слоеные бутерброды состоят из двух или нескольких ломтей хлеба, положенных друг на друга, между ними кладут различные продукты. Для подобных бутербродов используют целые буханки, разрезают на ломтики толщиной 0,5—2 см. Если в слоеных бутербродах используют различные салаты, пасты, соусы, то лучше брать черствый хлеб.

В многослойных бутербродах все слои хлеба и начинки должны плотно прилегать друг к другу, чтобы можно было разрезать на тонкие полосатые ломтики. Основным скрепляющим продуктом является масло или масляные смеси, которыми намазывают обе стороны ломтей. Приготовленный многослойный бутерброд необходимо положить между двумя досками, придавив сверху не очень тяжелым предметом, поставить в прохладное место на 3—4 часа.

Слоеные бутерброды вкусны, если слои хлеба равномерно тонкие, а начинка сочная. Чтобы они выглядели более аппетитно и привлекательно, их желательно готовить из разных сортов хлеба и начинок, сочетающихся по вкусу.

### *Бутерброды с пастой из тертой моркови и чеснока*

С батона срезать корку, придать ему форму прямоугольника. Нарезать вдоль на прямоугольные ломти (4 шт.), два из них намазать маслом, положить на них пасту, сверху покрыть оставшимися ломтями, завернуть в полиэтиленовый мешочек или пергаментную бумагу и на 1—2 часа оставить в холодильнике. Перед употреблением разрезать на одинаковые по размеру бутерброды (сандвичи).

Для пасты: смешать сырую тертую морковь, толченый чеснок, соль, сахар, перец с майонезом.

На 1 батон (желательно вчерашний) — 100 г масла сливочного, 2 стакана моркови тертой, 3—4 зубка чеснока, 2 ст. ложки майонеза, соль, сахар, перец.

### *Бутерброды с ливерной колбасой*

Хлеб нарезать на тонкие ломтики. Масло взбить, добавить измельченную ливерную колбасу и этой смесью намазать половину ломтиков, сверху уложить оставшиеся и слегка

придавить, украсить свежими помидорами.

На 200 г хлеба пшеничного — 50 г масла сливочного, 100 г колбасы ливерной, 1 помидор.

### *Бутерброд с зеленым маслом и ветчиной*

Хлеб зачистить от корок и нарезать на 5 тонких ломтиков. Покрыть каждый ломтик с одной стороны зеленым маслом. На смазанную сторону одного ломтя уложить равномерным слоем тонкие ломтики ветчины, накрыть вторым ломтем, смазанной стороной вниз. Сверху намазать слоем зеленого масла и уложить ломтики ветчины. Таким образом уложить все ломти хлеба. Верхний ломоть прижать. Под легким прессом поставить в холодное место.

Перед подачей на стол разрезать поперек на маленькие бутерброды в виде ломтиков.

На 200 г хлеба ржаного — 100 г масла, 100 г ветчины.

### *Бутерброд с ветчиной и сыром*

Хлеб зачистить от корки и нарезать на 4 одинаковых тонких ломтика. Один из них намазать ветчинным маслом, уложить сверху второй, намазанный сливочным и сырным маслом, сверху уложить третий ломтик, намазанный сверху ветчинным маслом, покрыть четвертым, прижать и поставить на холод на несколько часов. Перед подачей разрезать на небольшие бутерброды: на срезе они будут иметь две розовые полоски.

На 200 г хлеба пшеничного или ржаного — 50 г масла сливочного, 100 г масла ветчинного, 50 г масла сырного.

### *Бутерброд с зеленым маслом и пастой «Океан»*

Хлеб зачистить от корки и нарезать на 4—5 одинаковых тонких ломтика. Покрыть каждый с одной стороны зеленым маслом, а сверху пастой «Океан» (прогретой и охлажденной). Подготовленные ломтики уложить друг на друга так, чтобы ненамазанные стороны были снизу и сверху. Бутерброд под легким прессом поместить на холод на несколько часов. Перед подачей разрезать поперек на бутерброды желаемой формы и

размера.

На 200 г хлеба пшеничного или ржаного — 100 г масла зеленого, 100 г пасты «Океан».

### *Бутерброд-башня с килькой, ветчиной и сыром*

Ржаной хлеб разрезать на 2 одинаковых ломтика, белого взять один ломтик такой же величины и приготовить из них три бутерброда: из черного хлеба — с килькой (?????), с ветчиной (?????), из белого — с сыром (?????). Уложить бутерброды друг на друга, нижний — с килькой, верхний — с сыром. Украсить верхний слой целой сливой, небольшим свежим помидором, ломтиками красного сладкого перца или редисом и пышной зеленью укропа. Скрепить бутерброд шпажкой.

На 300 г хлеба ржаного и 100 г пшеничного — 45 г масла горчичного или хренного, 75 г масла яичного, 15 г масла сливочного, 12—15 килек, 150 г ветчины, 50 г сыра, 4 сливы маринованных, 4 помидора свежих мелких, перец сладкий или редис, зелень.

### *Бутерброд-пирамида с ветчиной, сыром и яйцом*

Различные по величине, но одинаковые по форме три ломтика хлеба намазать разными масляными смесями. На самый большой ломтик уложить кусочки ветчины и свежего помидора такой же формы, покрыть листиком салата. На средний уложить кусочек сыра и кружочек свежего огурца, на меньший — кружочек яйца и целую сливу или разрезанную в форме цветочка редиску. Уложить бутерброды друг на друга по мере уменьшения. Скрепить шпажкой.

На 300 г хлеба пшеничного — 30 г масла хренного, 20 г масла сырного, 15 г масла зеленого, 50 г ветчины, 30 г сыра, 1/2 яйца вареного, 4 сливы маринованных или 2 редиски, 1/4 помидора свежего, 1/4 огурца свежего.

## БУТЕРБРОДЫ СЛАДКИЕ

Сладкие бутерброды подают к кофе, чаю, молочным напиткам. Для приготовления используют пшеничный, реже

ржаной хлеб, слегка сладкое, но не жирное печенье, кекс, бисквит.

Готовить такие бутерброды следует за несколько часов до подачи на стол, чтобы печенье или хлеб пропитались соком продуктов.

### *Бутерброды с творогом и орехами*

Ломтики пшеничного хлеба или печенье покрыть толстым слоем творога, заправленного сахаром. Посыпать сверху поджаренными орехами.

На 200 г хлеба пшеничного или печенья — 1 стакан творога, 1 ст. ложку сахара, 2 ст. ложки орехов толченых.

### *Бутерброды с творогом и вареньем*

На ломтики пшеничного хлеба или печенье уложить сладкий творог так, чтобы в середине осталось углубление, которое заполняют вареньем.

На 200 г хлеба пшеничного или печенья — 1 стакан творога, 1 ст. ложку сахара, 2 ст. ложки варенья.

### *Бутерброды с шоколадным маслом*

Ломтики хлеба или печенье покрыть тонким слоем шоколадного масла. Украсить ягодой земляники, малины или крыжовника.

На 200 г хлеба ржаного или печенья — 100 г масла шоколадного, ягоды земляники, малины или крыжовника.

### *Бутерброды с медом и орехами*

Ломтики пшеничного хлеба подсушить, намазать маслом, сверху положить засахаренный мед и посыпать пожаренными толчеными орехами.

На 200 г хлеба пшеничного — 4 ст. ложки меда

засахаренного, 50 г масла сливочного, 2 ст. ложки орехов толченых.

## ГРЕНКИ (ГОРЯЧИЕ БУТЕРБРОДЫ)

Гренки готовят из пшеничного или ржаного хлеба, предварительно зачистив его от корки, нарезав кубиками или ломтиками толщиной 1 см. Подготовленный хлеб подсушивают в духовом шкафу, обжаривают с жиром или запекают с продуктами до золотисто-коричневого цвета. Простые гренки называют тостами или крутонами. Сложные готовят с использованием разных продуктов.

### *Гренки к пиву*

1 вариант. Хлеб ржаной или пшеничный нарезать мелкими кубиками, посолить и подсушить в духовке.

2 вариант. Пшеничный хлеб нарезать кубиками, смочить в подсоленной воде или молоке и обжарить на сливочном масле или маргарине со всех сторон до образования румяной хрустящей корочки.

На 200 г хлеба пшеничного — 3/4 стакана молока, 2 ст. ложки масла или маргарина, соль.

### *Гренки с сыром и перцем*

Ломтики хлеба намазать маслом, уложить нарезанный полосками сыр, посыпать красным перцем и запечь в духовом шкафу до плавления сыра.

На 200 г хлеба пшеничного — 1 ст. ложку масла сливочного, 100 г сыра голландского, перец красный.

### *Гренки с морковью и сыром*

Хлеб нарезать прямоугольными ломтиками и подсушить или поджарить с одной стороны. На эту сторону уложить целую или разрезанную вдоль на четыре части вареную морковь.

Панировочные сухари и тертый сыр разогреть на масле, затем положить на морковь. Поставить бутерброды на несколько минут

в горячий духовой шкаф (250 °С), чтобы они сверху подрумянились. Украсить салатом, помидорами, перцем или огурцами, листьями петрушки.

На 200 г хлеба пшеничного — 50 г масла сливочного, 7— 8 морковок, 100 г сыра, 4 ст. ложки сухарей панировочных, салат зеленый, помидоры, перец сладкий или огурцы, зелень петрушки.

### *Гренки, запеченные под майонезом*

Хлеб нарезать ломтиками и слегка обжарить на масле. Тертый сыр соединить с растертыми отварными желтками и небольшим количеством майонеза (для остроты можно добавить молотый красный перец). Полученную массу нанести на ломтики хлеба, уложить их на противень, залить майонезом и поставить в горячий духовой шкаф на 15 минут. Подавать горячими, посыпав зеленью.

На 300 г хлеба пшеничного — 2 ст. ложки масла сливочного, 100 г сыра голландского, 6 ст. ложек майонеза, зелень, 2 желтка.

### *Гренки с брынзой и яйцом*

Ломтики пшеничного хлеба посыпать измельченной на терке брынзой, сбрызнуть растопленным сливочным маслом, уложить на смазанный маргарином или сливочным маслом противень. Запечь в духовом шкафу. При подаче на каждый гренок положить поджаренное яйцо, посыпанное черным молотым перцем.

На 200 г хлеба — 1 ст. ложку масла сливочного, 1 ст. ложку маргарина, 2 ст. ложки брынзы тертой, 5 яиц, перец черный.

### *Гренки с чесноком и огурцами*

Хлеб нарезать ломтиками, поджарить на масле с обеих сторон. Чеснок натереть на мелкой терке. Смазать ломтики чесноком и майонезом, на каждый положить по кружочку огурца.

На 150 г хлеба ржаного — 2 ст. ложки масла

растительного, 1/3 средней головки чеснока, 2 ст. ложки майонеза, 1/2 огурца свежего или консервированного.

### *Гренки с грибами и помидорами*

Хлеб нарезать ломтиками и слегка обжарить на маргарине. Сушеные грибы после замачивания отварить, промыть, измельчить, поджарить на маргарине, посыпать мукой и еще слегка поджарить. Добавить сметану и проварить до загустения соуса. Заправить солью, перцем. Полученную массу уложить на подготовленные ломтики, сверху — кружочки свежего помидора, посыпать тертым сыром и запечь в горячем духовом шкафу до легкого зарумянивания.

На 200 г хлеба пшеничного или ржаного — 4—5 грибов сушеных, 2 ст. ложки маргарина, 2 чайные ложки муки, 1/2 стакана сметаны, соль, перец, 1 помидор свежий, 2 ст. ложки сыра тертого.

### *Гренки со шпротами запеченные*

Хлеб нарезать ломтиками толщиной 1 см, положить на каждый ломтик шпроты, смазать сверху томатным соусом и запечь в духовом шкафу в течение 10 минут. Подавать горячими, посыпав зеленью.

На 200 г хлеба пшеничного — 100 г шпротов, 2 ст. ложки соуса томатного, 2 ст. ложки мелко рубленой зелени.

### *Гренки с сельдью запеченные*

Вымочить сельдь, снять кожу, удалить кости, нарезать некрупными кусочками. Растереть молоки сельди с желтками сваренных вкрутую яиц, добавив растительное масло и горчицу. Нарезать тонкими ломтиками хлеб, смазать сливочным маслом и поджарить.

Каждый гренок смазать смесью желтков с молоками, сверху положить кусочки сельди. Запечь в духовом шкафу в течение 5 минут. Подавать горячими.

На 200 г хлеба пшеничного — 200 г сельди, 2

желтка, 2 ст. ложки масла растительного, 1 ст. ложку масла сливочного, 1 ст. ложку горчицы.

### *Гренки с мясным фаршем*

Отварное мясо вместе с луком пропустить через мясорубку, добавить панировочные сухари и поджарить на масле. Затем добавить яйцо, сметану, соль. Все тщательно перемешать.

Этим фаршем намазать ломтики хлеба, уложить их на смазанный маслом противень и запечь в горячем духовом шкафу в течение 8—10 минут. Подать горячими.

На 200 г хлеба пшеничного — 300 г мяса отварного, 1 луковицу, 2 ст. ложки сухарей панировочных, 1 яйцо, 2 ст. ложки сметаны, 3 ст. ложки масла сливочного, соль.

### *Гренки с сосисками*

Ломтики хлеба поджарить с одной стороны на сливочном масле, сосиски разрезать вдоль, помидоры — на 2 половинки. Неподжаренную сторону хлеба смазать майонезом, уложить на нее две половинки сосиски, накрыть кружочками помидора и ломтиками сыра. Запечь в духовом шкафу. Украсить зеленью петрушки.

На 200 г хлеба ржаного — 2 сосиски, 2 помидора, 40 г сыра, 1 ст. ложку майонеза, зелень петрушки.

### *Гренки с ветчиной и луком*

Нарезать хлеб на тонкие ломтики, обжарить с обеих сторон на сале до образования румяной корочки, сверху уложить обжаренные ломтики ветчины (перед жаркой намазать горчицей), сверху уложить поджаренный лук и посыпать мелко рубленой зеленью петрушки.

На 200 г хлеба пшеничного — 100 г ветчины, 2 средних луковицы, 2 ст. ложки сала топленого, 1 ст. ложку горчицы, 1 ст. ложку зелени петрушки.

### *Гренки с печеночным паштетом и грибами*

Свежие грибы мелко нарезать, поджарить на маргарине, добавить муку, слегка прожарить, затем ввести сметану и проварить в полученном густом соусе 5—7 минут.

Ломтики хлеба намазать сливочным маслом, покрыть паштетом, сверху уложить тушеные грибы. Посыпать тертым сыром и запечь в духовом шкафу до легкого зарумянивания.

На 200 г хлеба пшеничного — 100 г паштета печеночного, 40 г масла сливочного, 1 ст. ложку маргарина, 100 г грибов свежих, 1 чайную ложку муки пшеничной, 2 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки сыра тертого, соль, перец.

## МАСЛО ДЛЯ БУТЕРБРОДОВ

### *Масло ветчинное*

Масло размягчить, взбить и добавить пропущенную через мясорубку ветчину, добавить горчицу или сметану.

На 100 г масла сливочного — 40 г ветчины нежирной, горчицу или сметану.

### *Масло горчичное*

Размягченное взбитое масло заправить горчицей и солью.

На 100 г масла сливочного — 1 ст. ложку горчицы, соль.

### *Масло зеленое*

Листья укропа, петрушки промыть холодной водой, ошпарить кипятком, охладить, подсушить, мелко порубить и растереть с солью и лимонной кислотой, хорошо смешать с размягченным маслом.

На 100 г масла сливочного — 2 ст. ложки зелени укропа и петрушки, соль, лимонная кислота.

### *Масло колбасное*

К взбитому маслу добавить мелко нарубленную колбасу, натертое кислое яблоко, тертый сырой или измельченный жареный лук. Заправить солью и перцем.

На 100 г масла сливочного — 50 г колбасы вареной, 1 яблоко, 1/4 луковицы, соль, перец.

### *Масло креветочное*

Подготовленную пасту «Океан» протереть со слегка размягченным сливочным маслом и натертым на терке плавленым сыром. Добавить соль, черный молотый перец, лимонную кислоту (разведенную водой 1:20), перемешать.

На 100 г масла сливочного — 40 г пасты «Океан», 70 г сыра плавленого, 0,2 г лимонной кислоты, соль, перец черный молотый.

### *Масло селедочное*

Филе сельди (без кожи и костей) пропустить через мясорубку, протереть через сито и соединить с размягченным сливочным маслом. Добавить горчицу или зеленый рубленый лук. Массу слегка взбить.

На 100 г масла сливочного — 30 г филе сельди, горчицу или зеленый лук.

### *Масло сырное*

К размягченному сливочному маслу добавить тертый сыр, перец, сметану или белый соус и хорошо вымешать.

На 100 г масла сливочного — 100 г сыра твердого, 1 ст. ложку сметаны или белого соуса холодного, перец красный или черный.

### *Масло томатное*

К взбитому маслу добавить томат-пюре и растертый творог. Взбить, посолить. Можно добавить щепотку растертого красного

стручкового перца.

На 100 г масла сливочного — 2 ст. ложки томата-пюре, 1 ст. ложку творога, соль и перец красный стручковый.

### *Масло хренное*

Размягченное масло взбить и заправить хреном и солью.

На 100 г масла сливочного — 1 ст. ложку хрена тертого, соль.

### *Масло шпротное*

Масло размягчить, добавить к нему измельченные вилкой шпроты или сардины, взбить и заправить солью.

На 100 г масла сливочного — 10—12 шпрот или сардин, соль.

### *Масло яичное*

Масло соединить с измельченными вареными желтками и взбить. Добавить нарубленные белок и зелень, посолить. Для остроты можно добавить перец, горчицу или тертый хрен..

На 100 г масла сливочного — 1 яйцо, 1 чайную ложку измельченной зелени укропа или лука зеленого, соль, перец красный или горчица, или хрен тертый.

## РЫБНЫЕ ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА И ЗАКУСКИ

### Сельдь с гарниром

Перед тем как готовить сельдь, если она очень соленая, ее надо вымочить в воде или в некрепком настое чая в течение 3—4 часов. Сельди, очищенные от кожицы и костей (филе), можно вымачивать в холодном молоке: оно придает сельдям нежный вкус.

Очистка сельди производится следующим образом. Отрезать

край брюшка, голову и хвост, выпотрошить, сделать надрез вдоль спинки и снять кожу с обеих сторон. Отделить мясо от хребтовой кости, срезав ножом реберные кости с каждой половины. Половинки сельди сложить вместе и нарезать.

После этого кусочки сельди переложить с доски на тарелку или лоток, приставить вымытую голову (без жабер) и хвост.

Подготовленную и уложенную на тарелку или лоток сельдь можно гарнировать свежими огурцами, помидорами, корнишонами, солеными грибами (рыжиками или груздями), вареной свеклой, картофелем, морковью, луком зеленым или репчатым, каперсами и вареными яйцами. Все гарниры должны быть аккуратно и красиво нарезаны в виде кружочков, ломтиков, кубиков, или мелко порублены. Укладывать гарнир следует симметрично по обе стороны сельди. Лук репчатый положить поверх сельди кольцами. Перед подачей на стол полить сельдь и гарнир заправкой.

*Заправка из масла и уксуса*. 2—3 ст. ложки уксуса смешать с солью, сахаром и перцем (по вкусу), прибавить 1—1,5 ст. ложки растительного масла.

*Заправка горчичная*. Яичный желток растереть в миске с чайной ложкой готовой горчицы, чайной ложкой сахара, прибавить 1 ст. ложку растительного масла, 2—3 ст. ложки уксуса и соль по вкусу. Все это перемешать.

## Сельдь рубленая

Филе хорошо вымытой и очищенной сельди мелко нарубить, смешать с маслом и протереть сквозь сито. Затем сложить в чашку и маленькой лопаткой или ложкой хорошо выбить. Для вкуса можно прибавить мускатный орех. Подготовленную сельдь сложить на селедочный лоток, придать ей форму рыбки, приставить голову и хвост, а затем обложить ломтиками очищенных яблок и украсить ветками зелени петрушки. Очень вкусна сельдь, протертая с маслом с добавлением яблока, натертого на терке. Приготовленную таким способом сельдь можно подавать на стол в масленке или положить на ломтики хлеба, поджаренные на масле.

На 1 сельдь — 2 ст. ложки сливочного несоленого масла, 1 яблоко (крупное).

## Сельдь с картофелем и маслом

Подготовленную и уложенную на блюдо сельдь обложить

свежими огурцами, нарезанными кружочками, и украсить зеленью петрушки. Отдельно подать свежесваренный очищенный картофель и сливочное масло.

На 1 крупную сельдь — 500 г картофеля, 50 г масла сливочного, 2 свежих огурца.

## Анчоусы или кильки с картофелем

Свежесваренный очищенный картофель протереть сквозь решето или сито над салатником и уложить горкой. У основания горки уложить анчоусы, свернутые колечком, или кильки, очищенные и без костей. Между ними положить мелко нарезанный зеленый лук. Картофель полить приготовленным соусом из масла, уксуса, соли и перца.

На 1 банку анчоусов — 5—6 картофелин, 1 ст. ложку масла растительного, 2 ст. ложки уксуса.

## Килька рубленая

Подготовленную кильку, замоченный в молоке белый хлеб дважды пропустить через мясорубку, добавить натертый на терке лук, масло, уксус, сахар и хорошо перемешать.

Перед подачей на стол украсить зеленью, яйцом, помидорами и огурцами.

Рубленую кильку можно приготовить с творогом, вареной морковью, или свеклой с добавлением тертого яблока или сметаны.

На 500 г рыбы — 2 ломтика хлеба, 3 луковицы, 3 ст. ложки масла растительного, 2 ст. ложки уксуса, 1 ст. ложку сахара.

## Лососина, семга, кета с гарниром

Зачистить рыбу от кожи и костей, нарезать тонкими ломтиками, уложить ровными рядами на блюдо или тарелку, украсить зеленью петрушки или листиками салата. На гарнир положить лимон, нарезанный дольками или ломтиками. Очень соленую кету можно предварительно вымочить целым куском в холодной воде в течение 3—4 часов. Вынув из воды, обсушить полотенцем, смазать растительным маслом, подержать 1—1,5 часа в холодном месте или на льду и нарезать тонкими

ломтиками.

## Миноги

Готовые миноги нарезать поперек кусками длиной 3—4 см, сложить в салатник, сверху обложить репчатым луком, нарезанным тонкими кольцами, и залить заправкой из масла и уксуса, приготовленной так же, как для сельди, добавив в эту заправку 1—2 чайные ложки натертого сухого хрена.

## Икра осетровых рыб и икра кетовая

Икру кетовую и зернистую надо подавать в небольших салатниках или вазочках. Отдельно дать мелко нарезанный зеленый лук. Икру паюсную можно положить на тарелку в виде продолговатого брусочка, украсить зеленью петрушки, гарнировать лимоном, нарезанным дольками, и отдельно подать сливочное масло. К икре подают маленькие расстегаи с начинкой из вязиги или из риса с рыбой.

## Осетрина, белуга, севрюга, сом с гарниром

Вареную рыбу охладить, очистить от хрящей и реберных костей, нарезать ровными ломтиками и уложить на блюдо. Гарнир для рыбы можно уложить с одной или с двух сторон. Выбор гарнира зависит от сезона и вкуса (помидоры, свежие огурцы, нарезанные ломтиками, корнишоны, белая и красная капуста, салат зеленый или картофельный). Можно дать на гарнир морковь, зеленый горошек с заправкой из уксуса и масла. Заправляют гарнир перед подачей рыбы на стол. Отдельно подать хрен с уксусом, соус майонез, соус зеленый, а также соленые огурцы.

## Рыба под маринадом

Приготовить под маринадом можно любую рыбу — осетрину, судака, щуку, навагу, корюшку и др. Рыбу готовят так же, как указано во вступлении к этому разделу. Крупную рыбу (например, судака, осетрину) нужно нарезать кусками, мелкую (корюшку, навагу и др.) оставить целой. Подготовленную рыбу посолить, посыпать перцем, обвалять в муке, поджарить на растительном масле, охладить и залить маринадом. Для приготовления маринада очистить и вымыть 2—3 моркови, 1

петрушку, 2—3 луковицы, нарезать их тонкими ломтиками или соломкой, сложить в кастрюлю, добавить 3—4 ложки растительного масла и слегка поджарить (10—15 минут). Затем прибавить в кастрюлю стакан томатного пюре и пряности — лавровый лист, перец, 3—5 шт. гвоздики, кусочек корицы, накрыть крышкой и тушить 15—20 минут. После этого влить в кастрюлю 1/2 стакана некрепкого уксуса, 1—1,5 стакана бульона или воды, прокипятить, заправить солью, сахаром и охладить.

Подавать рыбу под маринадом следует в салатнике или в глубоком блюде.

## Скумбрия в уксусе

Скумбрию почистить, отрезать голову, выпотрошить, не разрезая тушки, и хорошо промыть. После обсушивания завернуть скумбрию в марлю и опустить в слегка подсоленную холодную воду. Варить 4 минуты, положить в уксус на 1,5 часа. Осторожно вынуть из уксуса, снять марлю, выложить рыбу на овальное блюдо и дать ей остыть, затем полить заправкой.

Для приготовления заправки чеснок хорошо растереть с солью, добавить измельченную петрушку, растительное масло и хорошо перемешать.

На 1,5 кг рыбы — 1/2 стакана уксуса, 4 зубка чеснока, 1 ст. ложку петрушки измельченной, соль.

## Сардина с хреном

Подготовленное филе рыбы обвалять в муке и обжарить. Натертый хрен смешать с уксусом, сахаром, солью и водой, довести до кипения, немного охладить и залить рыбу.

На 1 кг рыбы — 1/2 стакана масла растительного, 1/2 стакана муки пшеничной, 2 корня хрена, 4 ст. ложки уксуса, 2 чайные ложки сахара, 1/4 стакана воды, соль.

## Камбала с майонезом

Рыбу отварить в слабо кипящей подсоленной воде и охладить в бульоне. Вынуть, дать стечь отвару, отделить мякоть от костей и кожи. Отдельно сварить картофель, порезать крупными дольками, залить майонезом и выложить на блюдо. Сверху положить рыбу и все вместе залить майонезом. Гарнировать вареными яйцами.

На 1,5 кг рыбы — 5 картофелин, 3 яйца, 2 банки майонеза, соль.

## Майонез из судака, кеты или форели

Филе судака, кеты, форели и другой рыбы нарезать кусками (по 50—60 г), сложить на противень или в невысокую кастрюлю, смазанные растительным маслом, посолить, подлить немного воды или рыбного бульона так, чтобы куски филе были наполовину в жидкости, накрыть крышкой и сварить. После этого рыбу охладить и переложить на блюдо или тарелки, покрыть майонезом так, как это указано для майонеза из дичи. Украсить майонез сверху раковыми шейками или кусочками крабов, листиками зелени, каперсами, ломтиками свежих огурцов. Майонез из рыбы подавать так же, как майонез из дичи и с тем же гарниром. Соус к этому заливному — из горчицы с каперсами или майонез.

На 500 г судака, кеты, форели или другой рыбы — 1 стакан соуса майонез, 10 г желатина (на 1 стакан бульона).

## Майонез из осетрины, севрюги или белуги

Майонез из осетрины, севрюги или белуги готовится так же, как майонез из судака, форели и другой рыбы, с той лишь разницей, что рыбу надо сварить целым куском и из бульона приготовить желе.

Готовую рыбу нарезать на куски толщиной 1 см. Если блюдо предназначается для закуски, то рыбу нарезать маленькими ломтиками, для чего сначала отделить поперечный кусок рыбы, срезать кожу, затем разрезать кусок на несколько ломтиков, подровнять, уложить их на блюдо, после чего покрыть каждый ломтик майонезом с добавлением желе (2/3 стакана майонеза, 1/3 стакана желе). Каждый ломтик украсить листиками зелени, фигурками из моркови и т.п. Украшения закрепить полуостуженным желе. Застывшие ломтики майонеза подровнять и уложить на блюдо.

К этому заливному подать соус из горчицы с каперсами или майонез.

## Кальмар под майонезом

Кальмары почистить, помыть и отварить в подсоленной воде. Дать им остыть и мелко нашинковать. Мелко порубить крутые яйца, добавить нашинкованные кальмары, поперчить и заправить майонезом. Выложить в салатник горкой, украсить яйцом и зеленью.

На 1 кг кальмаров — 2 яйца, 2/3 банки майонеза, соль и перец.

## Кальмар заливной с хреном

Кальмары почистить, отварить в подсоленной воде и охладить. В глубокий противень налить желе слоем 0,5 см. Когда оно застынет, положить кальмары. Украсить зеленью петрушки, кружочками лимона, морковью, залить полузастывшим желе и дать ему застыть, а затем вылить остаток желе и охладить. Застывшие кальмары красиво вырезать ножом. Хрен подать в соуснике.

Приготовление желе. Из рыбного бульона приготовить 2—2,5 стакана желе, то есть растворить в нем предварительно замоченный в холодной воде желатин, вскипятить и процедить через салфетку. Для осветления желе в него следует ввести взбитый яичный белок, хорошо размешать, довести до кипения и снова процедить.

На 700 г кальмаров — 1/2 лимона, 2 моркови, 1/2 корня петрушки, 1 луковицу, соль.

Для 2—2,5 стаканов желе — 12 г желатина, 1 белок яичный.

## Консервы рыбные закусочные

Не следует подавать консервы на стол в жестяной или стеклянной банке. Брать за столом из банки консервы крайне неудобно: они ломаются, крошатся, и значительная часть масла или соуса остается неиспользованной. Необходимо перед подачей на стол выложить консервы в салатник или на тарелку. Гарнировать их можно ломтиками свежих огурцов и помидоров, нарезанным зеленым луком и четвертинками или ломтиками яиц, сваренных вкрутую.

Украшать консервы рекомендуется зеленью петрушки или зеленым салатом.

*Сардины*. Выложить из банки на тарелку, обложить кусочками

лимона или полить лимонным соком, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

*Шпроты*. Подать на тарелке с лимоном, нарезанным дольками, и обложить рыбки бортиком из мелко нарезанного репчатого лука.

*Рыба в томате*. Крупные куски рыбы (осетрина, белуга и др.) нарезать небольшими кусочками, уложить на блюдо и залить соусом. Сверху посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и обложить ломтиками свежего огурца и помидора или маслинами без косточек.

*Кильки*. Очистить от внутренностей, отрезать головки, уложить на лоточек или тарелку, разместить вокруг ломтики свежего огурца и крутых яиц. На кружки яиц можно положить по 1/4 чайной ложки соуса майонез с добавлением протертого шпината.

*Крабы и раковые шейки*. Выложить из баки в салатник, разместить вокруг ломтики свежего огурца, помидоров, яблок, очищенных от кожицы и сердцевины. Отдельно подать майонез.

### Икра щучья

Из щуки вынуть икру, снять с нее пленку, положить в кастрюлю, залить подсоленной холодной водой и держать в воде несколько часов до тех пор, пока икра не просолится. После этого воду отцедить через сито.

При подаче на стол икру посыпать мелко нарубленным репчатым луком.

### Устрицы

Раковины устриц обмыть в холодной воде. За 1—2 минуты перед подачей на стол вскрыть раковины специальным ножом, отнять мелкую створку, оставив устрицу нетронутой на глубокой створке, которую тотчас же опустить в холодную подсоленную воду (лучше со льдом), промыть и уложить на блюдо, дно которого устлать ровным слоем мелко наколотого льда. К устрицам подать лимон, разрезанный на 2—4 части, или лимонный сок.

## МЯСНЫЕ ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА И ЗАКУСКИ

### Закуска мясная сборная

В состав этого блюда могут входить различные готовые мясные продукты: ветчина, колбаса, вареный язык, жареная телятина, баранина, жареное мясо, домашняя птица, дичь и др.

Нарезанные продукты укладывают на блюдо в определенном порядке, например, на середине блюда помещают кусок курицы, вокруг — ломтики ветчины, колбасы, баранины, телятины. Блюдо гарнируется свежими огурцами, помидорами, свежими или мочеными яблоками, листиками салата или зеленью петрушки.

Отдельно можно подать томатный соус «Острый», соус хрен с уксусом или майонез.

## Колбаса вареная, полукопченая и копченая

Вдоль батона вареной колбасы сделать надрез кончиком ножа и снять кожицу. Тонкие колбасы нарезать наискось., чтобы получился узкий овальный ломтик. Очень толстую колбасу можно разрезать вдоль, а затем нарезать ломтиками, уложив колбасу ровными рядами на тарелку, украсить ее зеленью петрушки или листиками салата. Отдельно подать огурцы, корнишоны, пикули, красную или белокочанную капусту, горчицу, соус «Южный».

Колбасу копченую и полукопченую подготовить следующим образом: снять кожицу, нарезать наискось, уложить ровными рядами на тарелки, украсив зеленью петрушки; отдельно подать сливочное масло и горчицу.

## Колбаса ливерная и паштеты

Снять с колбасы кожу и нарезать ломтиками, опуская нож в горячую воду, чтобы отрезанный ломтик выходил ровным и гладким. Паштет положить в салатник, масленку или на тарелку; украсить зеленью петрушки. К колбасе и паштету подать отдельно масло.

## Паштет из печени

Печень обмыть, очистить от пленок и желчных протоков и нарезать небольшими кусочками, а очищенные морковь, петрушку и лук — тонкими ломтиками. Все это поджарить до полной готовности со шпиком, также нарезанным кусочками, добавив 1 лавровый листик и несколько горошин душистого перца. После этого пропустить два-три раза через мясорубку (можно дополнительно протереть сквозь сито). Очень важно правильно поджарить печень, не пережарив ее, иначе паштет не

получится таким сочным, каким он должен быть. Протертую печень сложить в кастрюлю, добавить по вкусу соль, перец, натертый мускатный орех и выбить лопаточкой, постепенно добавляя сливочное масло. Приготовленный паштет переложить в стеклянную или фарфоровую посуду и охладить.

Подавать паштет можно как закуску, добавив в качестве гарнира вареные яйца, или использовать для бутербродов.

На 500 г печени телячьей или говяжьей — 100 г шпика, 100 г масла сливочного, по 1 моркови, петрушке и головку лука.

## Говядина, телятина, баранина и свинина жареные

Для холодного блюда следует выбрать нежирное мясо: говядину — тонкий край или вырезку, телятину, баранину и свинину — преимущественно корейку или заднюю часть. Резать готовое мясо нужно поперек волокон наискось, широкими тонкими ломтями и укладывать их на блюдо ровными рядами. Если зажарена целая баранья или телячья ножка, то мясо срезают с кости, кость кладут на блюдо, а нарезанное ломтями мясо складывают в форме целой ножки. На гарнир к жареному холодному мясу можно дать корнишоны, пикули, помидоры; хорошим гарниром являются также некоторые салаты (зеленый, картофельный, из помидоров, из разных овощей и др.), а также огурцы, красная или белокочанная капуста. Из приправ подать соусы «Острый», «Кубанский», «Южный» или майонез.

## Завиванец мясной с яичницей

Подготовленную говядину пропустить через мясорубку, добавить размоченную в молоке булку, пассерованный на сливочном масле лук и вторично пропустить через мясорубку. После этого положить яйцо, молотый перец, соль, сметану и все хорошо вымешать. Подготовленные для фарша яйца взбить со сметаной, добавить нарезанную вареную морковь, посолить и пожарить яичницу. Мясную массу разложить на доске толстым слоем, положить на нее начинку — яичницу, свернуть валиком, заделать концы и край, положить на противень, смазанный жиром, поверхность смазать взбитым яйцом, посыпать сухарями, проколоть в 2—3 местах и жарить в духовом шкафу 1—1,5 часа.

Охлажденный завиванец перед подачей на стол нарезать ломтиками и уложить на блюдо.

На 1 кг говядины — 2 луковицы, 1 яйцо, 2 ломтика булки, 1 ст. ложку масла сливочного, 2 ст. ложки сухарей, 1/2 стакана молока, соль, перец.

Для фарша — 2 яйца, 1—2 моркови вареных, 1/2 ст. ложки масла сливочного, 2 ст. ложки сметаны, соль.

## Колбаса домашняя

Домашнюю колбасу готовят из свинины и сала. Прежде всего подготовить кишки, которые после забоя хорошо очистить, снять жир с внешней стороны, промыть в воде несколько раз, вывернуть и вновь хорошо промыть. Промытые кишки залить горячей водой, но не кипятком, натереть солью, промыть несколько раз. Положить в холодную воду и выдержать в ней сутки. Подготовленную кишку проверить, наполняя водой.

Свиное мясо с половиной требуемого по рецептуре сала нарезать мелкими кусочками и смешать вместе с пропущенной через мясорубку второй половиной сала, растертым чесноком, молотым перцем и солью.

Готовым фаршем наполнить подготовленные кишки и поставить в холодное место на 5—6 часов для того, чтобы фарш хорошо просолился. После этого колбасу проколоть в нескольких местах вилкой и жарить ее с салом или с салом и луком. Для длительного хранения колбасу залить в эмалированной или керамической посуде смальцем.

На 1 кг свинины — 400 г сала, 8 зубков чеснока, 8 горошин перца горького, 2—3 чайные ложки соли.

## Ветчина, буженина, язык

Поверхность ветчины, буженины и языка нужно зачистить ножом, снять кожу, корочки. Резать ветчину и буженину нужно поперек волокон, лучше всего длинным, тонким, с узким лезвием, хорошо отточенным ножом. Ломтики должны быть ровными и тонкими. Нарезанную ветчину, буженину или язык следует уложить на блюдо ровными рядами, украсив зеленью петрушки или листиками салата. На гарнир можно подать огурцы, свежие или соленые, корнишоны, салат зеленый, салат из красной или белокочанной капусты или из свеклы.

Отдельно подать хрен с уксусом, горчицу, майонез или соусы «Острый», «Кубанский», «Южный».

## Буженина, шпигованная чесноком и луком

Свиной окорок очистить от сухожилий, удалить кости, промыть, нашпиговать чесноком и луком, натереть солью, посыпать перцем, уложить в керамическую или эмалированную посуду, добавить сухую мяту, лавровый лист, залить хлебным квасом или уксусом и мариновать в холодном месте, переворачивая через каждые 3—4 часа. Через 12 часов после начала маринования окорок переложить в сотейник или кастрюлю и обжарить со смальцем или сливочным маслом до готовности.

Нарезанный поперек волокон порциями окорок подать с жареным картофелем, полить соком и жиром, в котором он жарился, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

На 500 г окорока — 2 луковицы, 2 зубка чеснока, 3—4 ст. ложки смальца или масла сливочного, 4 стакана кваса хлебного, 2 чайные ложки мяты, соль, перец, зелень, лавровый лист.

## Птица домашняя и дичь жареные

Курицу, индейку, гуся, утку, рябчика, куропатку, фазана изжарить и охладить. Готовую домашнюю птицу и фазана следует сначала разрубить вдоль на 2 части, потом каждую часть, в свою очередь, разрубить на несколько кусков, в зависимости от размера птицы. Рябчиков и куропаток нужно разрубить на 2 или 4 части.

Куски птицы и дичи, уложенные на блюдо, украсить зеленью петрушки или листиками салата, гарнировать маринованными сливами, виноградом, вишнями, брусникой, мочеными яблоками, красной или белокочанной капустой, которые можно подать и отдельно в салатнике. К дичи и домашней птице можно также дать зеленые салаты, салаты из овощей и фруктов или из одних фруктов. Отдельно к домашней птице подать майонез, к дичи фруктово-ягодный соус.

## Майонез из дичи

Майонез из дичи следует приготовлять из филе рябчиков и куропаток. Рекомендуем два варианта.

С дичи снять кожу, выпотрошить и промыть в холодной воде. Затем уложить филейные части, ножки и спинку птицы в

кастрюлю, посолить, залить водой так, чтобы она покрыла птицу на две трети, накрыть кастрюлю крышкой, поставить на огонь и, когда вода закипит, варить еще 20—25 минут. После варки дичь выложить в миску и накрыть влажной салфеткой. Из бульона, полученного при варке дичи, приготовить желе. После охлаждения снять ножом с костей филе (мякоть), подровнять, уложить на блюдо или тарелку с промежутками между кусочками мяса в 2—3 см и покрыть соусом (1—2 ст. ложки).

Соус приготовить следующим способом: смешать 2/3 стакана майонеза и 1/3 стакана желе, приготовленного на бульоне от варки дичи (желе добавляется к соусу в охлажденном, но еще жидком состоянии), добавить крепкий уксус и соль по вкусу, хорошо размешать и охладить до такой степени, чтобы соус сгустился и при обливании филе удерживался на нем, быстро застывая. Для того, чтобы соус не застыл во время приготовления, нужно быстро помешивать его ложкой или лопаточкой. Можно подогреть соус, поставив дно кастрюли на несколько секунд в горячую воду и размешивая соус до нужной густоты. Готовое филе можно украсить узорами из листиков зелени, свежего огурца, моркови, горошка, яйца. Украшения надо прикрепить, а для этого полить филе вместе с украшениями тонким слоем полузастывшего желе. При подаче на стол в центр круглого блюда положить горкой салат из овощей, нарезанных кубиками или соломкой и заправленных майонезом. Вокруг горки положить ровным слоем мелко нарезанный зеленый салат и на него уложить майонез из дичи. В промежутках между кусочками филе поместить мелко нарубленное желе. Отдельно к майонезу из дичи можно подать соус зеленый или майонез.

Второй вариант приготовления майонеза из дичи отличается от первого тем, что уложенное на салат филе из дичи покрывают натуральным майонезом. В этом случае филе, покрытое соусом, украшают ломтиками свежего огурца, листиками зелени (соус отдельно не подают).

На 2 рябчиков или 1 куропатку — 15 г желатина, 1 стакан майонеза, 300 г салата зеленого, 400 г салата из овощей, заправленного майонезом.

## Поросенок холодный с хреном

Приготовить и сварить поросенка так же, как указано в рецепте «Поросенок заливной» (?????).

Перед подачей на стол охлажденного поросенка разрубить на куски, уложить на блюдо и украсить зеленью петрушки или

листиками салата.

Отдельно подать соус хрен со сметаной или хрен с уксусом.

## ОВОЩНЫЕ ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА И ЗАКУСКИ

### Фасоль в масле

Фасоль отварить, затем обжарить на сковороде с маслом до образования румяной корочки, добавить поджаренный лук, соль, перец, все это хорошо перемешать и охладить. Перед подачей на стол посыпать рубленой зеленью.

На 1 стакан фасоли — 1 луковицу, 2 ст. ложки масла растительного.

### Паштет из фасоли

Фасоль отварить, протереть, смешать с поджаренным луком, добавить растительное масло, соль, уксус, перец, все хорошо перемешать, выложить на тарелку и охладить.

На 1 стакан фасоли — 2—3 ст. ложки масла, 1 луковицу.

### Икра грибная

Икру грибную готовят из разных соленых или сушеных сваренных грибов. Соленые грибы промыть и, дав стечь воде, мелко нарубить, затем нарезать репчатый лук, слегка поджарить его на растительном масле, охладить и смешать с грибами, прибавив немного перца.

Из сваренных сушеных грибов икру готовят таким же способом. Для более острого вкуса можно добавить лимонный сок или уксус, соль и перец, а также посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

На 250 г грибов соленых (или 50 г сушеных) — 1 луковицу, 1—2 ст. ложки масла.

### Икра овощная

Баклажаны целиком и кабачки, очищенные и нарезанные кружочками, запечь в духовом шкафу. У баклажанов снять

кожицу. Кабачки и баклажаны мелко порубить. Репчатый лук, морковь, свежую капусту мелко порезать и пассеровать на растительном масле с добавлением томата-пюре. Затем смешать с рублеными кабачками и баклажанами и, периодически помешивая, тушить 10—15 минут, заправить солью, перцем, уксусом и охладить.

При подаче посыпать зеленым луком, зеленью петрушки или укропа.

На 300 г баклажанов запеченных и 300 г кабачков запеченных — 160 г моркови, 230 г капусты, 110 г лука, 100 г томата-пюре, 50 г масла, 30 г 3%-ного уксуса.

## Закуска из баклажанов острая

Баклажаны обмыть и нарезать кружочками толщиной до 1 см. Каждый кружочек посыпать с обеих сторон солью, перцем, запанировать в муке и обжарить до золотистого цвета. Подготовить заправку: помидоры обдать кипятком, очистить от кожицы и быстро пропустить через мясорубку вместе со стручковым перцем и чесноком. Баклажаны залить заправкой, посолить и посыпать зеленью. Острый перец нужно вводить осторожно. Слишком острую заправку можно развести помидорами.

На 200 г баклажанов — 100 г помидоров, 10 г перца стручкового острого, 1 зубок чеснока, 10 г масла растительного, 10 г муки, соль у перец молотый черный, зелень.

## Баклажаны, тушенные с помидорами

Баклажаны очистить от кожицы и нарезать кружочками. Помидоры разрезать пополам. Подготовленные продукты обжарить отдельно на растительном масле. Баклажаны залить соусом «Южный», разведенным с бульоном или водой (15—20% к массе обжаренных баклажанов), посолить и тушить 10—15 минут на плите или в духовом шкафу В конце тушения добавить растертый чеснок, перец и обжаренные помидоры.

При подаче баклажаны посыпать зеленым луком и украсить листьями салата.

На 700 г баклажанов — 500 г помидоров, 75 г масла, 200 г соуса «Южный», 10 г чеснока.

## Икра из баклажанов

Баклажаны испечь или сварить, снять кожицу мякоть изрубить, добавить слегка обжаренные лук и помидор, соль, перец, растительное масло и немного уксуса; все это перемешать, проварить на легком огне для удаления излишней влаги и охладить.

На 300 г баклажанов — 1—2 головки лука, 2 ст. ложки масла, 1 помидор.

## Икра из свеклы

Свеклу промыть, сварить, очистить от кожуры и пропустить через мясорубку. В полученное пюре положить сахар, масло, лимонную цедру и выжать сок лимона или добавить разведенную лимонную кислоту. Все это перемешать и поставить в кастрюле на огонь (5—10 минут), часто помешивая, чтобы масса не пригорела. Охладив, переложить икру в салатник.

На 500 г свеклы сырой — 2—3 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки масла сливочного, 1/2 лимона.

## Закуска свекольная

Свеклу сварить в кожуре, охладить, очистить и вместе с сыром измельчить на мелкой терке. Добавить толченые орехи и мелко нарезанный чеснок, перемешать, посолить и заправить майонезом. Выложить в салатник и украсить зеленью.

На 100 г свеклы — 50 г сыра плавленого, 30 г орехов грецких, 1 зубок чеснока, 30 г майонеза, соль, зелень.

## Закуска из кабачков

Нарезанные кружками молодые кабачки залить кипящей подсоленной водой и оставить в ней на 30 минут. В посуду положить ряд подготовленных кружков кабачков, на них — зелень петрушки и укропа, чеснок, лавровый лист, перец горошком, а затем снова слой кабачков. Так повторить несколько раз. Залить взбитой смесью из столового уксуса и растительного масла. Сверху положить гнет и выдержать 2 часа. Подать на салатнике, заправив растительным маслом и посыпав нарезанным чесноком.

На 1 кг кабачков — 20—30 г зелени петрушки и укропа, 15 г чеснока, 2—3 лавровых листа, 50 г масла растительного, 50 г 3%-ного уксуса.

## Икра из кабачков

Кабачки обмыть, очистить, нарезать кусочками и обжарить. Затем соединить с пассерованным луком, посолить и стушить с томатом. Охладив, пропустить через мясорубку и заправить уксусом, маслом, перцем, по желанию — чесноком.

На 1 кг кабачков — 150 г лука репчатого, 40 г масла растительного, 50 г томата-пасты, 5 г уксуса,'соль, перец.

## Тыква в маринаде

Тыкву очистить от кожицы, удалить семена, нарезать кусками, запанировать в пшеничной муке и жарить на растительном масле. Готовую тыкву залить маринадом из овощей с томатом и тушить 10—15 минут. Подать по 2—3 куска на порцию, посыпать укропом или зеленью петрушки.

На 900 г тыквы —30 г муки, 40 г масла, 300 г маринада, 3 г зелени.

## Лук маринованный

Нарезанный лук и растительное масло смешать, положить соль, уксус, специи и, помешивая, нагреть до температуры 70—80°С. Затем лук быстро охладить в неокисляющейся посуде. После маринования он становится мягким и сочным. Маринованный лук можно хранить 5—6 дней при температуре не выше 7°С.

На 1 кг лука — 250 г 3%-ного уксуса, 50 г масла, 0,5 г лаврового листа, 15 г соли, по 0,2 г перца, гвоздики и корицы.

## Чернослив, фаршированный орехами с майонезом

Чернослив промыть и замочить водой на несколько часов. Затем прокипятить в воде, откинуть на дуршлаг и вновь промыть, косточки удалить. Приготовить фарш из смеси рубленых орехов, тертого чеснока и майонеза. Заполненные фаршем сливы уложить

в плоскую тарелку. Отверстия закрыть майонезом.

На 60 г чернослива — 1/2 стакана орехов грецких, 1—2 зубка чеснока, 40 г майонеза.

### Консервы овощные закусочные

Перец, баклажаны, фаршированные кабачки и другие овощи выложить в салатник, полить, при желании, лимонным соком или столовым уксусом, посыпать зеленью петрушки. Вокруг можно разместить ломтики яблок.

### Корзиночки из слоеного теста с салатом

Маленькие металлические формочки диаметром 5—6 см выложить слоеным тестом. Для этого тесто тонко раскатать, вырезать кружочки размером немногим больше формочки, наложить на формочку и вдавить. Края выровнять, наполнить формочки сырым горохом, чечевицей или гречневой крупой, поставить на сковороду или противень и запечь в духовом шкафу. Готовые корзиночки вынуть из формочек, очистить от гороха или крупы и, охладив, наполнить салатом из дичи или из мяса, расположить на большой или десертной тарелке, покрыв ее салфеткой, или же на тарелку положить слой мелко нарезанного зеленого салата и на нем расположить корзиночки.

### Корзиночки из яиц с салатом

Сваренные вкрутую яйца очистить, разрезать поперек на 2 части, вынуть желтки, заполнить салатом. Сверху украсить зеленью петрушки или зеленым луком.

### Помидоры, фаршированные салатом

Зрелые, не очень крупные помидоры обмыть, концом маленького ножа вырезать глубокую ямку со стороны ветки, освободить сердцевину от сока и зерен, слегка выжать, посолить, посыпать перцем и наполнить салатом из дичи.

## ЗАЛИВНЫЕ БЛЮДА

Заливные блюда готовят из рыбы, мяса и овощей. Для рыбных заливных особенно рекомендуются судак, осетрина, белуга,

стерлядь, а также филе леща, карпа, окуня. Мясные заливные готовят из поросенка, языка, телятины, буженины, ветчины, домашней птицы и дичи (куры, индейки, утки, рябчики, куропатки).

Прекрасное заливное можно приготовить из фаршированных рыбных и мясных продуктов: щуки, судака, птицы, ливерной колбасы. Эти продукты нарезают тонкими кусками, украшают ломтиками яиц, лимона, помидоров, свежих огурцов, яблок, листиками зелени.

Для приготовления заливных блюд из овощей берут морковь, репу, цветную капусту, спаржу, зеленый горошек и пр. К овощам можно добавлять фрукты (яблоки, груши, персики и др.).

Бульон или отвар, полученный при варке рыбы, мяса или овощей, предназначенных для заливки, идет на приготовление желе.

Количество желатина, которое необходимо положить в бульон или отвар для получения желе, зависит от крепости бульона и отвара. Так, например, в бульон из-под судака, сваренного с головой и кожей, достаточно добавить 1—2 г желатина на 1 стакан. На то же количество бульона из кур или цыплят нужно положить 4—5 г. Из овощного отвара хорошее желе получится при добавлении 6—7 г желатина на 1 стакан желе. Замачивают желатин в холодной воде, взятой в пятикратном количестве по отношению к весу желатина.

Бульон или отвар следует прокипятить на легком огне в течение 3—5 минут, затем положить предварительно замоченный и отжатый желатин и помешивать бульон до закипания и полного растворения желатина. После этого бульон или отвар процедить через салфетку в другую кастрюлю или миску, дать слегка остыть и залить подготовленные продукты (рыбу, мясо или овощи). Чтобы получить желе более прозрачное, нужно взять на каждые 4—5 стаканов бульона 1 сырой яичный белок, взбить в миске веничком или вилкой, влить стакан охлажденного бульона или отвара, добавить столовую ложку уксуса или лимонного сока, перемешать и влить в кипящий бульон или отвар. Кастрюлю с бульоном накрыть крышкой, поставить на слабый огонь; как только закипит, кастрюлю снять с огня и дать бульону отстояться 15—20 минут, затем осторожно, не взбалтывая, процедить через салфетку.

## Судак заливной

Очищенный и вымытый судак нарезать. Кости, голову без жабер, зачистки и икру сложить в кастрюлю, прибавить коренья,

лук, соль, лавровый лист (1—2 листика), залить водой и поставить варить. Через 15—20 минут в эту же кастрюлю положить для Еарки куски судака. Когда рыба будет готова, вынуть куски шумовкой, уложить на блюдо в форме целой рыбы, но с небольшими промежутками между ними и поставить блюдо в холодное место. Получившийся бульон слить и приготовить 2—2,5 стакана желе, т.е. растворить в нем размоченный желатин, вскипятить и процедить через салфетку. Каждый кусок судака украсить ломтиками лимона, моркови, нарезанной в виде звездочек, листиком зелени и залить полученным желе в два-три приема, чтобы украшения не сдвинулись с места, а куски судака были залиты желе. Блюдо держать в холодном месте, пока желе не застынет. К заливному судаку можно подать красную капусту, картофельный салат, огурцы свежие и соленые, а также майонез.

На 1 судака (1—1,5 кг) — 10—12 г желатина, по 1 шт. кореньев, 1 луковицу.

## Осетрина заливная

Кусок осетрины (или севрюги, белуги) сварить с добавлением кореньев и охладить. Из бульона, полученного при варке рыбы, приготовить 3—4 стакана прозрачного желе. Готовое и процеженное желе охладить.

Сваренную рыбу нарезать тонкими кусками, уложить на противень или блюдо так, чтобы вокруг каждого куска оставалось свободное место для желе. Куски рыбы украсить зеленью петрушки, ломтиками моркови, кружочками свежего огурца, кусочками крабов или раков, каперсами. Украшения надо закрепить охлажденным желе, поливая им куски рыбы с ложки. После этого в два-три приема куски рыбы залить ровным слоем желе. Когда заливное остынет, каждый кусок вырезать и, красиво уложив на блюдо, гарнировать с одной или с двух сторон букетами вареной моркови, репы, картофеля, зеленого горошка.

Перед подачей на стол гарнир заправить маслом и уксусом. Подать хрен с уксусом и майонез.

На 1 кг осетрины — 25—30 г желатина, по 1 шт. кореньев, 1 луковицу.

## Поросенок заливной

Перед варкой поросенка разрубить на части: отнять голову, тушку в почечной части разрезать поперек, каждую половину

можно дополнительно разрубить вдоль по позвоночнику.

Разрубленного поросенка положить в кастрюлю, залить холодной водой, посолить, добавить очищенные коренья и лук и, накрыв кастрюлю крышкой, поставить варить. Поросенка можно сварить и в целом виде в кастрюле или котелке. В этом случае позвоночную кость у шеи надо разрубить вдоль с внутренней стороны до мякоти.

Когда вода закипит, снять пену и продолжать варить на слабом огне 40—50 минут. Готового поросенка вынуть на блюдо, покрыть влажной салфеткой и охладить.

Бульон, полученный при варке поросенка, поставить на огонь, добавить перец, лавровый лист, гвоздику и дать закипеть; после этого положить желатин, предварительно замоченный в холодной воде, и, размешивая, вскипятить, а затем процедить бульон через полотно.

Охлажденного поросенка разрубить на порционные куски и уложить на блюдо так, чтобы между ними остались промежутки в 1/2 см; куски поросенка украсить полукружками вареного яйца, зеленью петрушки, кружочками вареной моркови или ломтиками лимона.

Заливать поросенка приготовленным желе надо так же, как судака.

Отдельно подать соус хрен со сметаной или хрен с уксусом.

На 1 поросенка (2—2,5 кг) — 30 г желатина, по 1 моркови, петрушке, луковице.

## Язык заливной

Свежий язык, сваренный, охлажденный, нарезанный тонкими кусками, залить так же, как осетрину. Желе приготовить на бульоне, полученном при варке языка, причем необходимо с бульона снять жир. Куски языка до заливки нужно украсить ломтиками вареного яйца, свежего огурца, корнишонов, зеленью петрушки. Залитые куски вырезать, уложить красиво на блюдо и гарнировать с одной или двух сторон салатом из белой и красной капусты, кружками помидоров и свежего огурца, маринованными вишнями, сливами, виноградом. Украсить зеленым салатом и зеленью петрушки. Отдельно подать соус «Острый», майонез, соус из сметаны с хреном или хрен с уксусом.

Таким же способом готовят заливную ветчину (нежирную).

На 1 язык (около 1 кг) — 20—25 г желатина (па 21/2—3 стакана желе), по 1 шт. кореньев, 1 луковицу.

## Студень говяжий

Голье (говяжьи ноги и губы) опалить, разрезать на части, кости разрубить, вымочить в холодной воде в течение 3—4 часов, вымыть щеткой, обмыть чистой холодной водой, сложить в кастрюлю и залить холодной водой, чтобы уровень воды был выше уровня мяса, примерно, на 8— 10 см. Прибавить на 1 кг голья по 1—2 шт. моркови, лука, петрушки, лаврового листа, немного перца. Кастрюлю накрыть крышкой и варить на слабом огне 6—7 часов, пока мясо не будет легко отделяться от костей. После варки снять с поверхности жир, вынуть перец и лавровый лист, отделить мякоть от костей, порубить ее или пропустить через мясорубку и смешать с процеженным бульоном. После этого размешать, прибавить по вкусу соль и разлить в формы или глубокие блюда. При заливке в формы в студень можно положить вареные яйца, нарезанные кружочками. В этом случае форму залить лишь на одну треть, дать студню остыть, уложить в ряд кружки яиц, снова залить студнем, вновь уложить кружки яиц и т.д.

Перед подачей на стол форму окунуть в горячую воду, выложить студень на блюдо, украсить его зеленью петрушки. К студню подать хрен с уксусом, горчицу, сметанный соус с хреном, а также огурцы и салат из красной и белокочанной капусты.

## Студень телячий

Ошпаренные телячьи ножки вытереть насухо полотенцем и натереть мукой, опалить на спиртовке те места, где осталась шерсть. Ножки разрезать вдоль, отделить мякоть от кости, промыть, сложить в кастрюлю, разрубив кости на несколько частей, залить холодной водой выше уровня ножек на 4—5 см, добавить 2—3 лавровых листика, немного перца и варить на слабом огне 3—4 часа. По окончании варки снять с поверхности жир, удалить коренья, лук, лавровый лист, мякоть отделить от костей, порубить ее или пропустить через мясорубку. Кости положить обратно в бульон и варить, пока не останется 5—6 стаканов бульона. Затем бульон процедить, смешать с мясом, посолить по вкусу, разлить в формы, перекладывая студень кружочками вареных яиц (в два-три ряда), и охладить. К студню подать сметанный соус с хреном, горчицу, хрен с уксусом, хрен тертый сухой, а также зеленый салат, заправленный сметаной с уксусом, и огурцы.

Таким же способом можно приготовить студень из свиных ножек или свиной головы. В последнем случае в бульон следует

прибавить 5—7 г желатина.

На 4 телячьих ножки — 5—6 яиц, 2 моркови, 2 луковицы, 1 петрушку.

## СОУСЫ И ЗАПРАВКИ ДЛЯ САЛАТОВ, ВИНЕГРЕТОВ И ДРУГИХ ХОЛОДНЫХ БЛЮД

Для холодных блюд и закусок рекомендуется применять готовые томатные соусы — «Острый», «Кубанский», «Любительский», «Южный» и готовый майонез. Некоторые соусы можно приготовить.

### Соус майонез

В фарфоровую или фаянсовую чашку поместить яичные сырые желтки, посолить и перемешать веничком или лопаткой. Затем вливать небольшими порциями (по чайной ложке) растительное масло, каждый раз тщательно смешивая его с желтками. Когда масло и желтки образуют густую однородную массу, прибавить уксус. Если соус слишком густ, добавить в него около столовой ложки теплой воды. Для более острого вкуса в соус можно прибавить 1/4 чайной ложки готовой горчицы, которую нужно смешать с желтками до заправки соуса маслом.

Майонез подают к вареным и жареным мясным и рыбным холодным блюдам. Он служит также основой для приготовления майонезов из дичи, домашней птицы и рыбы.

На 1/2 стакана масла растительного (подсолнечного или оливкового) — 1 яйцо (желток), 1 ст. ложку уксуса.

### Соус майонез со сметаной

Майонез смешать со сметаной, лимонным соком, мелко нарезанной зеленью петрушки, добавив, при желании, соус «Южный» или «Любительский». Подавать к тем же блюдам, что и обычный майонез. Соусом майонез со сметаной можно заправлять салаты; в этом случае зелени петрушки класть не надо.

На 1/4 стакана майонеза — 1/4 стакана густой сметаны, 1 ст. ложку уксуса или чайную ложку лимонного сока и чайную ложку соуса «Южный» или «Любительский»:

## Соус майонез с корнишонами

Мелко нарубленные корнишоны или пикули смешать с соусами майонез и «Южный». Подавать к холодному ростбифу, телятине, баранине, вареному мясу и к горячей рыбе, жаренной в сухарях.

На 1/2 стакана майонеза — 5—6 корнишонов (или 50 г пикулей), 1—2 чайные ложки соуса «Южный».

## Соус зеленый

Обмытые листья салата, шпината, эстрагона или петрушки варить в кипящей воде 2—3 минуты, вынуть, дать стечь воде, мелко нарубить, протереть сквозь волосяное сито и смешать с майонезом, добавив по вкусу уксус и соль. Подавать к холодной рыбе, а также к рыбе, жаренной в сухарях.

На 1/2 стакана майонеза — 1 ст. ложку сваренных и протертых салата, шпината, эстрагона или зелени петрушки, 1 ст. ложку уксуса.

## Соус из горчицы с каперсами

Желтки вареных яиц протереть сквозь сито и добела растереть с горчицей, сахаром, солью, постепенно прибавляя масло. Затем развести уксусом. В готовый соус положить каперсы и мелко нарубленные яичные белки. Подавать соус к холодной рыбе — осетрине, щуке, лососине и др., а также к рыбе, консервированной в собственном соку.

На 2 яйца — 2 ст. ложки масла растительного, 1/2 ст. ложки горчицы, 3—4 ст. ложки уксуса, 1 ст. ложку мелких каперсов, 1/2 чайной ложки сахара.

## Соус винегрет

Желтки сваренных вкрутую яиц протереть сквозь сито, растереть в фарфоровой или фаянсовой чашке с солью, перцем и маслом в густую массу, затем развести уксусом и прибавить мелко нарубленные яичные белки, лук, каперсы, а также зелень петрушки, эстрагон и огурцы, нарезанные очень мелкими кубиками. Все это перемешать.

Подавать соус к холодной рыбе, свинине, горячим отварным свиным и телячьим ножкам.

На 1 яйцо — 2 ст. ложки масла растительного, 2—3 ст. ложки уксуса, 1/2 ст. ложки каперсов, 1/2 огурца свежего, 1/2 луковицы, 1/2 ст. ложки зелени петрушки и эстрагона (листики), 1/2 чайной ложки сахара.

### Соус фруктово-ягодный

Растереть черносмородиновое варенье или джем с горчицей, прибавить портвейн, сок лимона и апельсина, протереть сквозь сито. Цедру лимона и апельсина нарезать тонкой соломкой, ошпарить, опустив на 1 минуту в кипяток. Так же ошпарить мелко нарубленный лук. Цедру и лук охладить и смешать с соусом. Можно добавить перец. Подавать соус к жареной дичи, утке, гусю.

На 2 ст. ложки варенья или джема — 1/2 чайной ложки горчицы, 1 ст. ложку портвейна, 1/2 ст. ложки цедры лимона и апельсина, 1/2 головки мелкого лука.

### Хрен с уксусом

Корешок хрена, очищенный и вымытый, натереть на терке, положить в чашку, залить уксусом так, чтобы был покрыт хрен, прибавить по вкусу соль и сахар. Подавать к холодной и заливной рыбе, студню, ветчине, солонине.

### Заправка из сметаны с уксусом

Смешать сметану с солью, перцем, уксусом и сахаром.

На 1/4 стакана сметаны — 1/4 стакана уксуса, 1 чайную ложку пудры сахарной, соль, перец — по вкусу.

На 1/2 стакана сметаны — 1—1,5 ст. ложки уксуса, сахар.

### Соус сметанный с хреном

Очищенный, промытый корешок хрена натереть на терке и смешать со сметаной, солью, сахаром (по вкусу). Подавать сметанный соус с хреном к холодному и заливному поросенку,

студню, а также к холодной рыбе.

На 1 стакан сметаны — 1 корешок хрена.

### Заправка из уксуса и растительного масла

Уксус перед заправкой салата тщательно смешать с солью, перцем, сахаром и маслом.

На 1/4 стакана уксуса — 1—2 ст. ложки масла растительного, 1 чайную ложку пудры сахарной.

На 2 ст. ложки уксуса — 4—5 ст. ложек масла растительного, соль, перец, 1/2 чайной ложки пудры сахарной.

### Соус с лимонным соком

Хорошо сбить масло, сок, лук и мед, полученным соусом залить салат.

На 2 ст. ложки масла растительного — по 1 ст. ложке сока лимонного и лука натертого, 1 чайную ложку меда.

### Соус с укропом

Масло, сок и мед хорошо размешать. Соединить с измельченным укропом (его можно заменить зеленью сельдерея, эстрагона, луком-пореем или другой приправой).

На 2 ст. ложки масла растительного — 1 ст. ложку сока лимонного, по 1 чайной ложке меда и измельченной зелени укропа.

## ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ

Горячими закусками могут служить различные мясные и рыбные блюда, яичницы, грибы в сметане, пироги или кулебяки с капустой и другими начинками, а также пирожки, расстегаи и т.п.

В отличие от обычных блюд, для приготовления горячих закусок берут куски мяса или рыбы меньшего размера; котлеты и другие изделия приготовляют также некрупные; кроме того, горячие закуски подают без гарнира и готовят перед подачей на

стол.

Из блюд, рецепты которых помещены в книге, горячими закусками могут быть биточки мясные с острым луковым соусом (при этом разделывают биточки размером 3—4 см в диаметре); тефтели в томате (диаметр каждого шарика 1,5—2 см); жареная ветчина с горчицей и помидорами, предварительно нарезанная небольшими ломтиками; жареные почки с помидорами; солянка рыбная или грибная; жареное филе судака, нарезанное ломтиками размером 4—5 см, и другие.

Пирожки жареные для закусок делают также маленькими (длиною 5—6 см), кулебяки — неширокими, с большим содержанием фарша.

### Ветчина жареная на ломтиках хлеба

Нарезанные ломтики ветчины смазать с одной стороны горчицей, обжарить на сковороде с маслом, после чего положить каждый ломтик на поджаренный кусок белого хлеба, предварительно нарезанного фигурками. Сверху посыпать рубленой зеленью.

### Сосиски

Сосиски, хорошо проваренные в слегка подсоленном кипятке и поданные с горчицей или натертым хреном, являются сытной и вкусной горячей закуской.

Сосиски можно приготовить еще и другим способом: разрезать их поперек на 3—4 части, обжарить на сковороде в масле 2—3 минуты, затем положить на сковороду помидоры, нарезанные тонкими ломтиками, подсоленные и посыпанные перцем, и вместе с ними вновь обжарить сосиски в течение 2—3 минут. После этого сосиски с помидорами положить в посуду и посыпать мелко нарезанной зеленью. При желании добавляют натертый чеснок. Свежие помидоры можно заменить консервированными или томатной пастой.

### Колбаса жареная с капустой

Вареную колбасу очистить от оболочки, нарезать ломтиками толщиной 5—6 мм и перед подачей обжарить. Одновременно приготовить тушеную капусту, но более острого вкуса, чем обычно, положить ее на блюдо, сверху капусты поместить ломтики колбасы и посыпать нарезанной зеленью петрушки или

укропом. Можно взять тонкие батоны колбасы, обмыть, вытереть насухо и обжарить в жире так, чтобы получилась румяная хрустящая корочка.

При подаче к столу колбасу нарезать на порции, уложить на подогретое блюдо и загарнировать тушеной капустой.

## Биточки в сметане

Фарш приготовить так же, как и для мясных котлет и разделать в форме биточков размером 3—4 см в диаметре. Биточки обвалять в муке, обжарить в глубокой сковороде, после чего залить сметаной, накрыть крышкой и тушить в течение 5—7 минут.

При подаче на стол биточки переложить на блюдо, полить полученным соусом и посыпать мелко нарезанной зеленью.

## Форшмак

Вареную или жареную говядину, телятину или баранину и сельдь, предварительно вымоченную, очищенную от кожи и костей, пропустить через мясорубку с частой решеткой. Затем размять деревянным пестиком вареный картофель, смешав его с поджаренным на масле луком. Все это сложить в посуду, тщательно перемешать, добавить 2 ст. ложки муки, размягченное сливочное масло, сметану и еще раз пропустить всю массу через мясорубку. После этого добавить сырые яичные желтки, соль, перец по вкусу и перемешать; прибавив взбитые в пену яичные белки, осторожно все перемешать, переложить на подмасленную сковороду, обровнять поверхность, посыпать натертым сыром, сбрызнуть маслом и запекать в духовом шкафу 30—40 минут.

Как только форшмак будет отставать от стенок сковороды, его можно считать готовым. Форшмак выложить на блюдо, сверху полить небольшим количеством сметанного соуса с томатом. Тот же соус подать отдельно в соуснике.

На 250 г мяса вареного или жареного (говядины, телятины, баранины, птицы) — 1/2 сельди, 2 ст. ложки муки, 2—3 вареных картофелины, 2—3 ст. ложки сметаны густой, 2—3 яйца, 1 ст. ложку сыра натертого.

## Грибы в сметане

Предварительно обработанные грибы варить до

полуготовности, затем охладить и нашинковать тонкой соломкой. Затем их обжарить на жире до легкой румяной корочки. Залить сметанным соусом, приготовленном на грибном отваре, и варить до загустения. В конце варки добавить соль и перец. Готовую массу выложить в смазанную маслом или маргарином подготовленную посуду (кокотницы), разровнять поверхность, посыпать тертым сыром и запечь в духовом шкафу до образования поджаристой корочки. Посуду, в которой запекают грибы, лучше поставить на сковороду, налив в нее немного воды. Это позволит избежать подгорания грибов при тепловой обработке.

На 90 г грибов вареных — 75 г соуса сметанного, 5 г масла сливочного или маргарина столового, 5 г сыра тертого.

## Жульен из птицы или дичи

Филе вареной или жареной птицы, ветчину, отварные язык и грибы нашинковать соломкой. Дальнейшее приготовление аналогично предыдущей рецептуре.

На 25 г вареного или жареного филе птицы или дичи (без костей), 25 г ветчины нежирной, 25 г языка отварного очищенного — 10 г грибов отварных, 75 г соуса сметанного, 5 г масла сливочного, 5 г сыра тертого.

## Кабачки, фаршированные молодой бараниной

Лук измельчить, спассеровать в масле до золотистого цвета, поперчить, добавить томатный сок и подготовленный рис. Проварить 10 минут, смешать с измельченным мясом, яйцом, посолить, поперчить, перемешать. Кабачки очистить от кожицы, удалить часть мякоти с семенами так, чтобы остались стенки толщиной 0,5 см. Затем наполнить овощи фаршем, посыпать открытые концы мукой, обжарить со всех сторон в масле и стушить на слабом огне, добавив зелень. Подать с кислым молоком.

На 1 кг баранины — 2 луковицы, 120 г масла сливочного, 1,5 стакана сока томатного, 3 ст. ложки риса, 3 яйца, 1,5 кг кабачков, 1,5 ст. ложки муки, 3 ст. ложки масла растительного, 180 г соуса томатного,

зелень, перец черный и красный молотый, соль.

## Свекла фаршированная

Свеклу отварить, очистить от кожицы, ложкой вынуть мякоть, вместо нее положить фарш, обсыпать панировочными сухарями, сбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу до готовности. Для приготовления фарша мясо отварить, пропустить через мясорубку, смешать с обжаренным луком, перцем, солью.

На 12 шт. свеклы — 300 г мяса, 2 луковицы, 3 ст. ложки масла сливочного, 1/2 стакана сметаны, сухари, перец черный молотый, соль.

## Печень фаршированная

Печень разрезать вдоль, вырезать часть мякоти. Образовавшееся углубление заполнить фаршем и зашить края. Для фарша сварить вязкую гречневую кашу и добавить пассерованный репчатый лук, морковь, припущенную и измельченную печень, соль, перец, льезон. Фаршированную печень залить соусом и тушить до готовности.

Подать в собственном соку, посыпав зеленью.

На 1 кг печени говяжьей (или бараньей) — 2 луковицы, 2—3 моркови, 100 г масла сливочного, 300 г каши гречневой вязкой.

Для льезона — 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложку молока, 1 яйцо, 1,5 стакана соуса, специи, соль.

## Печень шпигованная

Печень нашпиговать морковью, чесноком, макаронами и курдючным жиром. Обжарить, залить соусом и тушить до готовности. Готовую печень нарезать и подать с гарниром, полив соусом.

На 800 г печени говяжьей (или бараньей) — 1 морковь, 4 зубочка чеснока, 60 г макаронов, 60 г жира курдючного, 2 стакана соуса, специи, соль.

## Ветчина в тесте

Муку высыпать в миску, вылить туда желток, пиво и размешать. Затем добавить размягченное масло, вымешать. Белок взбить и ввести в тесто. Ветчину нарезать кубиками по 0,5 см, смешать с измельченной зеленью петрушки и высыпать в тесто. Размешать так, чтобы тесто обволокло кусочки ветчины, и чайной ложкой бросать их в кипящий жир. Вынимать по мере готовности и выкладывать на бумагу, чтобы стек жир.

Подать в горячем виде.

На 3/4 стакана ветчины нежирной, нарезанной кубиками — 1 ст. ложку зелени петрушки измельченной.

Для теста — 1/2 стакана муки. 1 яйцо, 1/2 стакана пива, 1 ст. ложку масла сливочного, соль.

## Рыба в тесте

Приготовить тесто как указано в предыдущем рецепте. Отваренную или припущенную рыбу нарезать и смешать с измельченным зеленым луком, перцем. Обжарить, как указано выше. Подать в горячем виде.

На 1 стакан рыбы отваренной нарезанной — 1 ст. ложку лука зеленого измельченного, 1/4 чайной ложки перца душистого молотого.

## Сыр в тесте

Приготовить тесто (см. «Ветчина в тесте»). Сыр нарезать кубиками со стороной 0,5 см и обжарить, как указано в упомянутом рецепте.

Сыр швейцарский, нарезанный кубиками, — 1 стакан.

## Яйца по-шотландски

Анчоусы изрубить, ветчину пропустить через мясорубку, смешать, добавить молотые сухари, перец, яйцо. Остальные яйца отварить вкрутую, очистить, обкатать в получившейся массе и обжарить в большом количестве жира.

Подать, разрезав каждое яйцо вдоль и уложив на гренку.

На 230 г ветчины — 5 г анчоусов, 7 яиц, 1 ст. ложку

сухарей молотых, перец черный молотый, соль, масло растительное.

## Закуска из рыбы с грибами

Из очищенной и промытой рыбы удалить кости, порезать на кусочки, смешать с нарезанным вареным картофелем, рублеными вареными грибами и слегка обжаренным нарезанным репчатым луком. Подготовленную массу положить в кастрюлю, добавить маслины и перец, залить грибным отваром, тушить на легком огне, посыпать сухарями и поставить в духовой шкаф на 15—20 минут. Подать горячей.

На 1 кг рыбы — 1 кг картофеля, 50 г грибов сушеных, 2 луковицы, 10—15 маслин, 3/4 стакана отвара грибного, соль, перец.

# БУЛЬОНЫ И СУПЫ

## ЗАПРАВОЧНЫЕ СУПЫ

Заправочные супы варят на бульоне — мясном, рыбном,грибном или на воде с картофелем, капустой, свеклой, крупой, бобовыми или мучными изделиями, а также с кореньями.

Овощи для супов очищают и нарезают, при этом желательно, чтобы было известное соответствие между формой кусочков различных овощей и других, входящих в супы, продуктов. Так, например, если варят суп картофельный с крупой, то коренья нарезают мелкими кубиками, а для супа с вермишелью — соломкой. Капусту для щей обычно шинкуют.

Во многие заправочные супы кладут томат-пюре, а в сезон — свежие помидоры. Не кладут томат в рассольник, зеленые щи и супы со щавелем, шпинатом.

Картофель и свежую капусту при варке супа закладывают в сыром виде; коренья (морковь, петрушку, сельдерей, пастернак) и лук предварительно поджаривают, а свеклу и квашеную капусту тушат.

Коренья и лук нельзя закладывать сырыми потому, что во время варки из них легко улетучиваются с паром ароматические и вкусовые вещества. Чтобы удержать их, нарезанные коренья и лук кладут на разогретую с небольшим количеством жира сковороду, хорошо перемешивают и слегка поджаривают до образования светлой пленки, но не допуская появления на них темной окраски. Ароматические вещества поглощаются жиром, из которого они выделяются медленно и постепенно. Благодаря этому суп после введения в него кореньев и лука, поджаренных этим способом, приобретает присущий им аромат и долго его сохраняет.

Морковь, кроме того, окрашивает жир в оранжевый цвет. Окраска жира получается более яркой, если его прогреть с томатом-пюре. Присутствие на поверхности супа блесток окрашенного жира придает ему привлекательный вид.

Свеклу для борща тушат для того, чтобы сохранить ее цвет. Если свеклу закладывать сырой, то при длительной варке в большом количестве бульона или воды окраска ее изменяется; при тушении же свекла доводится почти до готовности с малым количеством воды, что и предохраняет ее от обесцвечивания. Этому способствует также добавление уксуса. Вместо тушения целые неочищенные, но хорошо вымытые корни свеклы можно

испечь или отварить в небольшом количестве воды, а затем очистить, нарезать и положить в борщ.

Предварительное тушение квашеной капусты для щей улучшает ее вкусовые качества.

Крупы (кроме гречневой и манной), горох и фасоль перед закладкой в бульон перебирают и тщательно промывают. Для более быстрого разваривания перловую крупу и бобовые (горох, фасоль, чечевицу) следует замочить: перловую — на 2—3 часа, бобовые — на 4—6 часов. Лущеный (половинчатый) горох замачивать не следует. Суп с перловой крупой иногда приобретает неприятный синеватый оттенок; во избежание этого перловую крупу рекомендуется закладывать не в сыром виде, а предварительно отварив ее отдельно почти до готовности.

Для лучшего сохранения в овощах витамина С их следует закладывать в кипящий бульон (воду) и варить при слабом кипении. Погружение овощей в холодную жидкость и постепенное нагревание влечет за собой сильное разрушение витамина С. По этой же причине нельзя допускать и переваривания овощей.

Продукты кладут в суп с таким расчетом, чтобы все они были готовы к моменту подачи супа на стол. Последовательность закладки продуктов указана в описании приготовления отдельных супов.

Для улучшения вкуса и аромата в суп кладут немного перца, лавровый лист, а в некоторые супы — мучную заправку. Ее готовят так: в кастрюлю положить масло (на ложку муки — ложку масла), всыпать просеянную муку, размешать и поджаривать ее в течение 5—10 минут, непрерывно помешивая ложкой и не давая подрумяниться. При поджаривании муки из нее улетучивается влага, а вместе с ней и вещества, сообщающие сырой муке специфический запах и вкус. Поджаренную муку затем развести бульоном и влить в суп (за 10—15 минут до окончания варки). В некоторых случаях, например при варке зеленых щей, муку можно поджаривать вместе с кореньями. В овощные супы для улучшения их вкуса и питательной ценности рекомендуется добавлять молоко, сливки, сметану или простоквашу. Сметану можно положить непосредственно в тарелку с супом или подать отдельно.

Готовые супы хорошо посыпать мелко нарезанной свежей зеленью петрушки, укропом, зеленым луком. Это улучшает вкус, внешний вид супов и обогащает их витамином С.

Овощные супы приготовляют незадолго до их употребления, так как при хранении в них быстро разрушается витамин С. Так, после трехчасового хранения в горячем состоянии щей или картофельного супа в них остается только половина такого

количества витамина С, которое было в момент окончания варки. По этой же причине не следует варить суп на два дня. Целесообразно варить на два дня только бульон, на котором затем ежедневно готовить свежий суп. Помимо сохранения витаминной ценности супов, это обеспечивает лучшие вкусовые качества блюда и разнообразие питания.

Если бульон сварен на два дня, половину его надо отлить в отдельную посуду (фаянсовую или эмалированную), покрыть марлей и поставить в прохладное место на деревянную или металлическую подставку. Когда из бульона перестанет выделяться пар, марлю снять и накрыть посуду крышкой.

Для быстроты приготовления супов рекомендуется использовать замороженные смеси овощей для борща, супа и др. Эти смеси заливают небольшим количеством горячего бульона и тушат до готовности, затем заправляют томатом- пюре прогретым с жиром, после чего заливают горячим бульоном и доводят до кипения.

Пищевая промышленность вырабатывает готовые консервированные овощные супы (в стеклянных банках). При добавлении указанного на этикетке количества воды из них получаются вкусовые супы. Для получения мясного супа в них добавляют вместо воды мясной бульон или мясные консервы.

Консервы мясные и рыбные можно использовать при приготовлении супов взамен свежего мяса и рыбы, особенно в тех случаях, когда суп надо быстро приготовить или когда свежее мясо и рыбу трудно сохранить. Суп варят на воде до готовности, а затем кладут консервы и дают супу прокипеть.

## Бульон мясной

Для бульона можно взять любое мясо первого или второго сорта, а также подбедерок, рульку и голяшку. Мясо нужно обмыть, лучше всего под струей холодной воды, положить в кастрюлю (косточки в нескольких местах разрубить), залить холодной водой, накрыть кастрюлю крышкой и поставить на сильный огонь, чтобы вода быстрее закипела, а затем регулировать нагревание так, чтобы не было бурного кипения. Появляющуюся при кипении пену снимать шумовкой, а жир, всплывающий на поверхность, рекомендуется снимать и использовать для поджаривания лука и кореньев; если жир не снять, то от длительного воздействия тепла он разложится — это придаст бульону привкус сала. Через час — полтора после начала варки следует добавить соль. С самого начала и почти до конца варки из мяса выделяются минеральные соли и так называемые

экстрактивные вещества; последние придают бульону характерный приятный запах и вкус. Когда мясо готово, его нужно вынуть из бульона и положить в другую посуду, а бульон процедить. Готовность мяса легче всего определяется при помощи поварской иглы или вилки: если игла свободно прокалывает мясо, то оно готово.

Такой бульон идет для приготовления различных супов, мясных щей, борщей и др. Мясо вынимают из бульона и подают вместе с супом или используют для приготовления различных блюд. Мясной бульон можно варить с кореньями. После того как с бульона снята пена в него кладут очищенные и промытые морковь, репу, петрушку и репчатый лук. Эти овощи (кроме лука) используют для супа, салата или винегрета.

На 500 г мяса — 2,5—3 л воды.

## Бульон из костей

Бульон из костей варят в том случае, когда из мякоти хотят приготовить второе блюдо (котлеты, гуляш и пр.). •Чтобы кости лучше и быстрее выварились, их нужно разрубить помельче. Промытые и разрубленные кости положить в кастрюлю, залить холодной водой и поставить варить. Бульон из костей варят так же, как и из мяса, т.е. при слабом кипении и периодически снимая с бульона жир. Время варки бульона из костей от 2,5 до 3 часов. Чтобы придать бульону лучший вкус, следует за час до окончания варки положить в бульон очищенные коренья, лук, а также соль. Готовый бульон процедить.

Бульон из костей по своим питательным и вкусовым качествам уступает мясному бульону, так как в отличие от мяса, кости не содержат экстрактивных веществ; при варке из костей переходят в бульон главным образом клеевые вещества и жир, поэтому его рекомендуется использовать главным образом для приготовления картофельных супов.

На 500 г костей мясных — по 1 моркови, петрушке, головку лука и 2,5—3 л воды.

## Бульон мясной быстрого приготовления

Мясо третьего или четвертого сорта промыть, мякоть срезать, пропустить через мясорубку, кости разрубить; все положить в кастрюлю, залить холодной водой и в таком виде оставить на 20—30 минут, а затем, не меняя воды, поставить варить. Добавить в

начале варки очищенные и разрезанные коренья, часть которых предварительно поджарить без масла на сковороде. Через 20 минут после начала варки положить соль. Бульон варить при слабом кипении 30—40 минут, потом процедить и использовать как обычный мясной бульон. Отварное мясо может пойти на фарш для пирожков или запеканки.

На 500 г мяса — по 1 моркови, луковице, петрушке или сельдерею, 1,5—2 л воды.

## Бульон рыбный

Для приготовления рыбного бульона употребляется частиковая рыба (судак, окунь и др.), а также красная рыба — осетрина, севрюга, белуга. Бульон из частиковой рыбы готовится так: рыбу очистить от чешуи, разрезать брюшко, вынуть внутренности, промыть, нарезать рыбу на порционные куски, из голов вынуть жабры. Приготовленную таким образом рыбу положить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить соль, коренья и лук, нарезанный ломтиками, и варить при слабом кипении 25—30 минут; после этого куски рыбы вынуть, а голову и хвост продолжать варить еще 15—20 минут. Куски рыбы можно положить в тарелки с4супом или использовать как самостоятельное второе блюдо. Рыбный бульон можно сварить также из костей, голов и других зачисток частиковой рыбы. В этом случае с сырой очищенной рыбы снимают филе для приготовления из него второго блюда, Кости разрубают на несколько частей, из голов вынимают жабры, добавляют хвосты и плавники; все это промывают, кладут вместе с кореньями в кастрюлю, заливают холодной водой и варят при медленном кипении около часа.

Рыбный бульон можно сварить из красной рыбы. В этом случае рекомендуется брать готовое филе. Рыбу залить холодной водой, добавить соль, коренья, лук, нарезанный ломтиками, и варить при медленном кипении 30—40 минут. Вареную рыбу можно использовать для второго блюда.

Во всех случаях готовый бульон нужно процедить и затем использовать для приготовления супов.

На 500-600 г рыбы — 1 луковицу, 1 петрушку, 2—3 л воды.

## Бульон грибной

Промытые в теплой воде сушеные грибы положить в кастрюлю, добавить очищенную и разрезанную пополам луковицу, залить холодной водой и варить при слабом кипении в течение 2—2,5 часов. Для ускорения варки грибы можно предварительно замочить на 1—2 часа в холодной воде, в которой их потом и варить.

Готовый бульон процедить, грибы промыть холодной водой, мелко нашинковать и положить в суп, который готовят из грибного бульона.

На 50 г сушеных грибов — 2—3 л воды.

## Щи из свежей капусты

Поставить варить мясной бульон. Через 1,5—2 часа после начала варки мясо вынуть, а бульон процедить в суповую кастрюлю, в которую положить предварительно поджаренные коренья и лук; затем положить мясо, добавить нарезанную капусту и варить 30—40 минут. За 5—10 минут до окончания варки в щи добавить перец, лавровый лист, соль.

Щи можно варить с добавлением картофеля и свежих помидоров. В этом случае очищенный и нарезанный картофель положить в кастрюлю через 10—15 минут после того, как положена капуста, а помидоры, нарезанные дольками, — в конце варки вместе с приправами.

Щи без картофеля можно заправить поджаренной мукой.

На 500 г мяса — 500 г капусты свежей, 200 г кореньев и лука, 2 ст. ложки масла, 200 г помидоров.

## Щи из квашеной капусты

Сварить мясной бульон. Положить в суповую кастрюлю квашеную капусту (если капуста очень кислая, то необходимо предварительно ее отжать), добавить 1—1,5 стакана воды, немного масла, затем накрыть кастрюлю крышкой и тушить около часа. После этого капусту залить бульоном, положить поджаренные с томатом коренья и варить до полной готовности. Перед окончанием варки прибавить лавровый лист, перец, соль и влить мучную заправку.

Щи из квашеной капусты можно приготовить и таким способом: капусту и промытое мясо положить в кастрюлю, залить водой и поставить варить. Отдельно поджарить вместе с томатом коренья и лук и за 20—30 минут до окончания варки положить в

щи, добавив лавровый лист, перец, соль и поджаренную муку.

На 500 г мяса — 500 капусты квашеной, по 1 шт. кореньев, головку лука, 1 ст. ложку муки, по 2 ст. ложки масла и томата-пюре.

## Щи из квашеной капусты с головизной

Голову осетровой рыбы разрубить на куски, удалить жабры, промыть, ошпарить, погрузив на 1—2 минуты в горячую воду, снова промыть, положить в кастрюлю, залить водой, варить на слабом огне 3—4 часа. Спустя час с начала варки рекомендуется вынуть головизну шумовкой на блюдо и процедить бульон, чтобы в нем не оставалось мелких костей. Головизну разобрать, отделив мясо и хрящи; последние положить доваривать в бульон.

За час до окончания варки хрящей положить в бульон тушеную квашеную капусту, подготовленную, как указано в рецепте «Щи из квашеной капусты», и поджаренные с томатом коренья. Перед окончанием варки добавить соль, перец, лавровый лист и заправить мукой.

На 1 кг головизны — 500 г капусты квашеной, 200 г кореньев и лука, 2 ст. ложки томата-пюре, 2 ст. ложки масла, 1 ст. ложку муки, 2—3 л воды.

## Щи из капустной рассады

Сварить мясной бульон. Очищенные коренья и лук нарезать дольками и поджарить в суповой кастрюле на масле. Рассаду очистить от корешков, разрезать на 2--3 части, промыть, ошпарить в кипятке, откинуть на дуршлаг, облить холодной водой; когда вода стечет, переложить рассаду в кастрюлю с поджаренными кореньями и залить кипящим бульоном. Одновременно положить лавровый лист, перец, соль и варить 25—30 минут. Щи из рассады подают на стол со сметаной и мясом и посыпают укропом или зеленью петрушки. В щи перед окончанием варки можно положить мучную заправку.

На 500 г мяса — 800 г рассады, 200 г кореньев и лука, 2 ст. ложки масла.

## Щи летние с картофелем

Положить в кастрюлю мясо, залить 3—3,5 л воды и поставить

варить. Когда вода закипит, снять пену и варку продолжать при тихом кипении 1,5—2 часа. За 15—20 минут до подачи на стол в бульон положить очищенные и нарезанные морковь, петрушку, лук и раннюю капусту; при этом разрезать кочаны на крупные доли (на 4—6 частей), затем добавить целый очищенный картофель и соль.

Перед подачей к столу положить в кастрюлю нарезанные на дольки помидоры, дать бульону прокипеть и разлить в тарелки, положив в каждую тарелку дольку кочана капусты, 2—3 шт. картофеля, помидоры, укроп или зелень петрушки.

На 500 г мяса — 2—3 моркови, 1 петрушку, 1—2 луковицы, по 500 г капусты и картофеля, 200 г помидоров.

## Щи зеленые

Шпинат или крапиву перебрать, хорошо промыть, сварить в кипящей воде до мягкости, откинуть и протереть сквозь сито. Щавель перебрать и промыть, крупные листики разрезать. Коренья и лук нарезать мелкими кубиками и поджарить в суповой кастрюле с маслом, добавить к ним муку и продолжать жарение еще 1—2 минуты. Затем положить в кастрюлю протертый шпинат, хорошо перемешать, развести горячим бульоном и отваром, полученным при варке шпината, добавить лавровый лист, перец и варить 15—20 минут. За 5—10 минут до окончания варки положить в кастрюлю листики щавеля и соль. К зеленым щам рекомендуется подавать сметану и сваренное вкрутую яйцо.

На 500 г мяса — 500 г шпината, 200 г щавеля, по 1 шт. кореньев, 1 луковицу, 1 ст. ложку муки и 2 ст. ложки масла.

## Борщ

Сварить мясной бульон. Свеклу, морковь, петрушку и лук нарезать соломкой, положить в суповую кастрюлю, добавить помидоры или томат-пюре, уксус, сахар и немного бульона с жиром (или добавить 1—2 ст. ложки масла), закрыть крышкой и поставить овощи тушить. Овощи перемешивать, чтобы не пригорели, прибавляя, если нужно, немного бульона или воды.

Через 15—20 минут добавить нашинкованную капусту, все перемешать и тушить еще 20 минут. Затем овощи залить

подготовленным мясным бульоном, положить перец, лавровый лист, соль, добавить по вкусу немного уксуса и варить до полной готовности овощей. При подаче на стол в борщ положить сметану.

В борщ при варке добавляют картофель в целом виде или нарезанный дольками, а также свежие помидоры. Их также нарезают дольками и кладут в борщ за 5—10 минут до окончания варки. В готовый борщ, кроме мяса, можно положить вареную ветчину, сосиски или колбасу.

Для подкрашивания борща можно сделать свекольный настой. Для этого одну свеклу нарезать ломтиками, залить стаканом горячего бульона, добавить чайную ложку уксуса и поставить на 10—15 минут на слабый огонь и довести до кипения. После этого настой процедить и влить в борщ перед подачей на стол.

На 500 г мяса — 300 г свеклы, 200 г капусты свежей, 200 г кореньев и лука, 2 ст. ложки томата-пюре или 100 г помидоров, по 1 ст. ложке уксуса и сахара.

**Борщ летний**

Пучок свеклы разрезать, отделить листья и стебли. Очищенную свеклу нарезать соломкой или ломтиками, а стебли — короткими палочками и, добавив морковь, положить в кастрюлю, залить кипящей водой или грибным бульоном и варить 10—15 минут. После этого положить нарезанные и ошпаренные листья свеклы, очищенные кабачки, помидоры, картофель, зеленый лук, зелень сельдерея, соль, перец, гвоздику, лавровый лист и варить борщ до полной готовности. При подаче на стол в борщ добавить сметану, кипяченое молоко или простоквашу.

На пучок свеклы — 3—4 картофелины, 1 морковь, 1 стебель сельдерея, 200 г кабачков, 1—2 помидора, 50—75 г лука зеленого.

**Борщ украинский**

Сварить мясной бульон и процедить. Очищенные коренья и свеклу нарезать соломкой. Свеклу тушить 20—30 минут, добавив при этом жир, томат-пюре, уксус и бульон (можно влить также хлебный или свекольный квас). Нарезанные коренья и лук слегка поджарить с маслом, смешать с поджаренной мукой, развести бульоном и довести до кипения.

В приготовленный для борща бульон положить картофель, нарезанный крупными кубиками, крупно нарезанную капусту, тушеную свеклу, соль и варить 10—15 минут, потом добавить поджаренные с мукой коренья, лавровый лист, душистый и горький перец и варить до тех пор, пока картофель и капуста не будут готовы.

Готовый борщ заправить салом, растертым с чесноком, добавить помидоры, нарезанные дольками, быстро довести до кипения, после чего дать борщу настояться 15—20 минут.

Разливая в тарелки, положить в борщ сметану и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

На 500 г мяса — 400 г капусты, 400 г картофеля, 250 г свеклы, по 1/2 стакана томата-пюре и сметаны, по 1 шт. кореньев, 1 луковицу, 20 г сала свиного, 1 ст. ложку масла сливочного.

## Борщ грибной с черносливом

Грибной борщ с черносливом готовят так же, как и мясной борщ, но только на грибном бульоне. Чернослив (200 г) нужно хорошо промыть и положить в овощи после окончания их тушения, залить грибным бульоном и варить 25—30 минут.

## Суп из щавеля

Сварить мясной бульон. Коренья и лук очистить, нарезать мелкими кубиками, положить в суповую кастрюлю и слегка поджарить на масле или на жире, снятом с бульона. Затем прибавить муку и снова слегка поджарить. Щавель перебрать, промыть, сложить в другую кастрюлю, подлить немного воды, накрыть крышкой и на 10 минут поставить тушить. После этого щавель пропустить через мясорубку или протереть сквозь сито, смешать с поджаренными кореньями, залить мясным бульоном, добавить соль, размешать и варить 15—20 минут. При подаче на стол в тарелку с супом положить сметану и сваренное в «мешочек» яйцо, укроп или зелень петрушки. Суп можно подать и с мясом; в этом случае следует в тарелки положить по половине яйца, сваренного вкрутую.

На 500 г мяса — 400 г щавеля, 200 г кореньев и лука, по 2 ст. ложки масла и муки.

## Рассольник

С почек снять жир и пленки, разрезать каждую почку на 3—4 части, обмыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой и вскипятить. Потом воду слить, почки еще раз обмыть, вновь залить холодной водой и поставить варить на 1—1,5 часа. Очищенные коренья и лук нашинковать в виде соломки и поджарить на масле в суповой кастрюле. После этого кастрюлю снять с огня, положить в нее очищенные и нарезанные ломтиками соленые огурцы и картофель, нарезанный брусочками, залить процеженным бульоном и на 25—30 минут поставить варить. За 5—10 минут до окончания варки в рассольник добавить (для остроты) процеженный огуречный рассол, нарезанный щавель (или салат) и соль.

При подаче на стол в рассольник положить почки, нарезанные ломтиками, сметану или сливки и мелко нарезанную зелень петрушки или укроп.

Рассольник можно готовить на мясном или курином бульоне и подать с куском телятины, баранины, курицы.

Вместо почек можно использовать потроха домашней птицы (гуся, утки, индейки, курицы), тщательно очищенные и нарезанные на части.

Рассольник можно приготовить и на рыбном бульоне и подать с куском отварного судака или осетрины.

На 500 г почек говяжьих — 2 огурца, 2 петрушки, 1 стебель сельдерея, 1 луковицу, 4 картофелины, 2 ст. ложки масла и 100 г щавеля или салата.

## Рассольник рыбный с фрикадельками

Поставить варить рыбный бульон и одновременно подготовить перловую крупу (перебрать и тщательно промыть), положить ее в маленькую кастрюлю, залить 1,25 стакана кипятка, накрыть крышкой и поставить на водяную баню для набухания.

Когда бульон будет готов, процедить его, положить в него перловую крупу и варить на слабом огне. Затем добавить картофель, нарезанный дольками, соленые огурцы, слегка поджаренные с маслом коренья и лук-порей, а также соль. За 5 минут до окончания варки в рассольнике сварить маленькие фрикадельки, приготовленные из рыбного фарша (приготовление фарша см. в рецепте «Котлеты из рыбы»).

Можно положить в рассольник ломтики свежих помидоров и добавить по вкусу процеженный огуречный рассол.

При подаче на стол посыпать рассольник мелко нарезанной зеленью петрушки или укропом.

На 500 г рыбы мелкой (для бульона) — 2 огурца соленых, по 1 моркови, петрушке, 1 лук-порей, 3—4 картофелины, 1/2 стакана крупы перловой, 2 ст. ложки масла.

Для фрикаделек — 200 г филе рыбного (судака, карпа или др.), 50 г хлеба белого (мякиша), 1/2 стакана молока и 1 ст. ложку масла.

## Суп с цветной капустой

Сварить мясной бульон. Цветную капусту разобрать на отдельные кочешки (если кочешки крупные, то разрезать их на 2—4 части), морковь нарезать кружочками и все положить в процеженный бульон. Затем добавить сельдерей, соль и варить на слабом огне 20—30 минут. За 2—3 минуты до окончания варки стебли сельдерея вынуть и посыпать суп мелко нарезанной зеленью петрушки. В суп в начале варки можно добавить 1,5—2 ст. ложки риса.

К супу подать пирожки или пирог с начинкой из говядины или ливера.

На 2 головки капусты цветной среднего размера — 1 пучок моркови, 1 стебель сельдерея, 1—2 петрушки.

## Суп с брюссельской капустой

Очищенную брюссельскую капусту опустить на 2 минуты в кипящую воду, затем откинуть на дуршлаг, дать стечь воде, переложить капусту в суповую кастрюлю с растопленным маслом и слегка поджарить.

Залить капусту 6—7 стаканами грибного бульона (или горячей воды), добавить картофель, нарезанный тонкими ломтиками, посолить и варить на слабом огне 20—30 минут. При подаче на стол в суп положить сметану.

На 600 г капусты брюссельской — 3—4 картофелины, 2 ст. ложки масла и 1/2 стакана сметаны.

## Суп из овощей

Сварить мясной бульон. Капусту промыть и нарезать небольшими квадратиками. Коренья и лук нарезать ломтиками, сложить в суповую кастрюлю и слегка поджарить hа масле или на

жире, снятом с бульона. Затем кастрюлю снять с огня, положить в нее подготовленную капусту, залить процеженным бульоном, вновь поставить на огонь, дать закипеть, добавить нарезанный кубиками картофель и варить 30 минут. За 5—10 минут до окончания варки положить нарезанные листики шпината или салата, помидоры, перец, лавровый лист и соль. На стол суп подают со сметаной.

Такой суп можно приготовить на грибном бульоне или на овощном отваре.

На 500 г мяса — 500 г картофеля, 200 г капусты свежей, по 200 г помидоров, кореньев и лука, 2 ст. ложки масла, 100 г салата или шпината.

## Суп картофельный

Сварить мясной бульон. Очищенные коренья и лук нарезать ломтиками и поджарить на масле или на жире, снятом с бульона. Картофель нарезать кубиками, положить вместе с поджаренными кореньями и луком в кипящий бульон, добавить соль, лавровый лист, перец и варить 25—30 минут. При подаче на стол суп посыпать укропом или зеленью петрушки.

Картофельный суп можно готовить не только на мясном, но и на рыбном или грибном бульоне. В картофельный суп, приготовленный на грибном бульоне, при подаче на стол положить нашинкованные грибы, а в суп, сваренный на рыбном бульоне, — кусок отварной рыбы.

На 500 г мяса — 800 г картофеля, 200 г кореньев и лука, 2 ст. ложки масла.

## Суп картофельный со свежими грибами

Свежие грибы, белые или маслята, очистить и промыть. Корешки отрезать, изрубить и поджарить на масле. Отдельно поджарить коренья и лук. Шляпки грибов нарезать ломтиками, ошпарить, откинуть на сито и, когда вода стечет, переложить в кастрюлю, залить водой и варить в течение 40 минут.

После этого в кастрюлю положить нарезанный кубиками картофель, поджаренные ножки грибов, коренья, лук, соль, перец, лавровый лист и варить еще 20—25 минут. При подаче на стол добавить сметану, мелко нарезанный зеленый лук и укроп.

Суп со свежими грибами можно приготовить и на мясном бульоне. В суп можно добавить манную крупу (по 10 г на

тарелку).

На 500 г грибов — 800 г картофеля, 200 г кореньев и лука, 2 ст. ложки масла.

## Суп из лисичек

Лисички (500 г) вымыть; нарезать 100 г шпика, истолочь и тушить в нем мелко нарезанный лук 10 минут, чтобы он стал полумягким. Затем соединить грибы с луком и тушить еще 45 минут. После этого грибы залить 3 л кипятка, посолить и кипятить 30 минут. Чайную ложку муки развести со сметаной и заправить грибы. При желании, посыпать перцем по вкусу.

## Суп картофельный с вермишелью

Коренья и лук нашинковать в виде соломки и поджарить на масле. Картофель нарезать, положить вместе с кореньями и луком в кипящий бульон и варить в течение 15 минут. Затем засыпать вермишель, добавить соль, перец, лавровый лист и варить еще 12—15 минут.

Такой суп можно приготовить и на грибном бульоне.

На 500 г мяса — 100 г вермишели, 500 г картофеля, 200 г кореньев и лука, 2 ст. ложки масла.

## Суп картофельный с головизной

Сварить головизну так же, как для щей. Очищенные коренья и лук нарезать ломтиками и поджарить на масле. Картофель нарезать кубиками, положить в процеженный кипящий бульон, добавить поджаренные коренья, соль, перец, лавровый лист и варить в течение 25—30 минут. При подаче на стол суп посыпают укропом или зеленью петрушки.

На 1 кг голов осетровых рыб — 800 г картофеля, 200 г кореньев и лука, 2 ст. ложки масла.

## Суп картофельный с крупой

Поставить варить мясной бульон. Одновременно хорошо промытую перловую крупу в отдельной посуде залить 1,5 стаканами холодной воды и поставить для набухания на 2 часа.

Затем, слив воду, положить крупу в бульон, дать бульону закипеть и через 10—15 минут после этого положить нарезанный кубиками картофель, поджаренные коренья, соль, перец, лавровый лист и варить до готовности. Перед подачей на стол посыпать суп укропом или зеленью петрушки. Этот суп можно также готовить на рыбном бульоне.

Вместо перловой можно положить другую крупу — рис, пшено, манную. Эти крупы не замачивают, а кладут в бульон промытыми, за исключением манной крупы, которую только просеивают.

На 500 г мяса или 50 г сушеных грибов — 1/2 стакана крупы, 500 г картофеля, 200 г кореньев и лука, 2 ст. ложки масла.

## Суп с лапшой

Сварить мясной или куриный бульон. Очищенные коренья и лук нашинковать в виде соломки, слегка поджарить с жиром, положить в процеженный бульон, довести до кипения, после чего всыпать лапшу, добавить лавровый лист, перец, соль и варить 15—20 минут. Перед подачей на стол добавить укроп или зелень петрушки.

Вместо лапши в суп можно засыпать вермишель, макароны, ушки, звездочки и т.п.

Для приготовления домашней лапши 1 стакан муки высыпать на доску, сделать в муке углубления, вбить 1 яйцо, посолить и, понемногу подливая воду (около 1/4 стакана), замесить крутое тесто. Тесто тонко раскатать, посыпать мукой и нарезать полосками шириной 5—6 см. Полоски теста сложить, примерно, в 6 рядов и, мелко нашинковав, разложить на решето для подсушки, после чего отсеять муку и засыпать лапшу в бульон.

На 500 г мяса — 150 г лапши или вермишели, по 1 шт. кореньев и лука, 2 ст. ложки масла.

## Суп гороховый

Сварить мясной бульон. Замоченный заранее горох положить в бульон и варить около 1,5 часов. Промытые и очищенные коренья и лук нарезать мелкими кубиками, слегка поджарить на масле и за 15—20 минут до подачи на стол положить в суп, добавив соль.

Гороховый суп можно варить с ветчиной или копченой

свиной грудинкой. Подают с гренками, приготовленными из белого хлеба, нарезанного кубиками.

На 500 г мяса — 250 г гороха, 200 г кореньев и лука,, 2 ст. ложки масла.

## Суп из фасоли

Замоченную фасоль поставить варить. Коренья и лук нарезать и поджарить на масле с томатом-пюре. Через 20— 30 минут с начала варки фасоли добавить поджаренные коренья, перец, лавровый лист и соль, после чего продолжать варку до готовности фасоли.

При подаче на стол суп посыпать зеленью петрушки или укропом и положить в тарелки сметану

На 1/2 стакана фасоли — по 1 шт. кореньев, 1 луковицу, 1 ст. ложку томата-пюре, 2 ст. ложки масла.

## Суп из фасоли с картофелем

Замоченную фасоль варить до мягкости. Затем положить поджаренные морковь и лук, картофель, соль, перец, лавровый лист и продолжать варку супа до готовности.

На 1 стакан фасоли — 5—6 картофелин, 1 морковь, 1 луковицу, 2 ст. ложки масла.

## Суп из фасоли с лапшой

Перебранную и промытую фасоль на 3—4 часа залить холодной водой. Затем воду слить, фасоль залить 2,5 л бульона или холодной воды и сварить до мягкости. Добавить поджаренный с маслом лук, соль, перец (по вкусу), засыпать лапшу и варить еще 20 минут При подаче к столу суп посыпать зеленью петрушки.

На 1,5 стакана фасоли — 1 луковицу, 100 г лапши, 2 ст. ложки масла.

## Суп из красной фасоли

Фасоль перебрать, промыть, положить в кастрюлю, залить 2 л

холодной воды, добавить 1 чайную ложку соли, накрыть кастрюлю крышкой и поставить на огонь. Когда вода закипит, снять пену и варить фасоль на медленном огне 1—1,5 часа. Отдельно поджарить мелко нарезанный лук, добавив к концу жарения красный перец и муку все перемешать и жарить еще 1—2 минуты. После этого лук переложить в сваренную фасоль, добавив натертые или мелко нарубленные грецкие орехи, соль по вкусу, и варить суп в течение 15—20 минут

При подаче на стол положить в суп мелко нарезанную зелень петрушки.

На 1,5 стакана фасоли красной — 1—2 луковицы, 50 г очищенного ореха грецкого, 1/2 ст. ложки муки, перец красный по вкусу, 2 ст. ложки масла.

## Солянка сборная мясная

Репчатый лук нашинковать, слегка поджарить и тушить с томатом и маслом, подлив немного бульона. Огурцы очистить от кожицы, разрезать на две части и нарезать ломтиками. Мясные продукты (вареные или жареные) могут быть различные: мясо, ветчина, телятина, почки, язык, сосиски, колбаса и пр. Их следует нарезать тонкими ломтиками, положить в кастрюлю с приготовленным луком, добавить огурцы, каперсы, соль, лавровый лист, залить бульоном и варить 5—10 минут. Можно добавить нарезанные кружочками помидоры.

При подаче на стол в солянку положить сметану, маслины, ломтики лимона, очищенного от кожицы, мелко нарезанную зелень петрушки или укроп.

На 500 г мяса (для бульона) — 300 г вареных или жареных мясных продуктов, 4 огурца соленых, 2 луковицы, 2 ст. ложки томата-пюре, 3 ст. ложки масла, по 1 ст. ложке каперсов и маслин, 100 г сметаны, 1/4 лимона.

## Солянка рыбная

Для приготовления солянки можно брать любую свежую рыбу, но не мелкую и не очень костлявую. Хорошая солянка получается из красной рыбы (осетрины, севрюги, белуги, стерляди).

Снятое филе рыбы нарезать кусочками, по 2—3 куска на порцию, а из костей и голов сварить бульон. Очищенный лук

тонко нашинковать и слегка поджарить в суповой кастрюле с маслом, добавить томат-пюре и тушить 5—6 минут, после чего в кастрюлю положить кусочки рыбы, нарезанные ломтиками огурцы и помидоры, каперсы, лавровый лист, немного перца и все это залить подготовленным горячим бульоном, посолить и варить 10—15 минут. Перед подачей на стол в солянку можно положить вымытые маслины и мелко нарезанную зелень петрушки или укроп. Можно также добавить ломтики лимона, очищенные от кожицы.

На 500 г рыбы — 4—5 огурцов соленых, 1—2 луковицы, 2— 3 помидора свежих или 2 ст. ложки томата-пюре, по 1 ст. ложке каперсов и маслин, 2 ст. ложки масла.

## Чихиртма из баранины

Баранину обмыть холодной водой, нарезать небольшими кусками (из расчета 3—4 куска на порцию), положить в кастрюлю и поставить варить, снимая появляющуюся на поверхности пену, Сваренную баранину вынуть из кастрюли, а бульон процедить сквозь марлю или частое сито. Мелко нарезанный лук поджарить на масле, посыпать мукой, перемешать и еще раз прожарить. После этого в процеженный бульон положить сваренную баранину, поджаренный с мукой лук, добавить шафран, соль, перец и дать закипеть.

Отдельно вскипятить светлый виноградный уксус и влить в суп, снова дать вскипеть, после чего кастрюлю снять с огня.

Перед подачей на стол яичные желтки взбить в отдельной посуде, смешать с небольшим количеством бульона, влить в суп, размешать и подогреть, не доводя до кипения (чтобы желтки не свернулись), а затем посыпать суп зеленью киндзы.

На 500 г баранины — 2 луковицы, по 1 ст. ложке муки и масла, 2 яйца, 1/2 чайной ложки шафрана, 2 ст. ложки уксуса.

## Харчо

Харчо готовят преимущественно из говяжьей грудинки, но можно ее заменить и бараньей грудинкой. Мясо обмыть, нарезать небольшими кусками из расчета 3—4 куска на порцию, положить в кастрюлю, залить холодной водой и поставить варить. Появляющуюся на поверхности пену снимать шумовкой.

Через 1,5—2 часа положить мелко нарезанный лук, толченый чеснок, рис, кислые сливы, соль, перец и варку продолжать еще в течение 30 минут. Томат слегка поджарить на масле или жире, снятом с бульона, и за 5—10 минут до окончания варки добавить в суп.

При подаче на стол посыпать мелко нарезанной зеленью киндзы, петрушки или укропом.

На 500 г мяса — 2 луковицы, 2—3 зубочка чеснока, 2 ст. ложки томата-пюре или 100 г помидоров свежих, 1/2 стакана риса, 1/2 стакана слив кислых.

## Шурпа

Сварить мясной бульон, Лук нарезать в виде соломки и поджарить в разогретом жире. Мясо нарезать кусочками весом 25—30 г, обжарить, смешать с поджаренным луком, добавить морковь, нарезанную кубиками, томат-пюре и жарение продолжать 5—6 минут. Подготовленное таким образом мясо вместе с овощами переложить в кастрюлю, залить бульоном и довести до кипения. Затем положить картофель, нарезанный дольками, соль, перец и варить 15—20 минут.

На 500 г говядины — 750 г картофеля, 2 луковицы, 2 моркови, по 2 ст. ложки томата-пюре и масла.

## Бозбаш

Промытую баранину нарезать или нарубить на куски весом 30—40 г, положить в кастрюлю, залить водой так, чтобы она только покрыла баранину, посолить и, накрыв кастрюлю крышкой, варить на слабом огне, снимая пену. В отдельной кастрюле поставить варить перебранный и промытый горох, залив его 2—3 стаканами холодной воды. Варить горох на медленном огне. Примерно, через 1—1,5 часа в горох переложить сваренные кусочки баранины, отделив все мелкие косточки. После этого добавить процеженный бульон, мелко нарезанный, поджаренный на масле лук, нарезанный картофель и яблоки, томат-пюре, соль, перец и, накрыв крышкой, тушить 20—25 минут.

Подают бозбаш посыпанным мелко нарезанной зеленью петрушки.

На 500 г баранины — 1 стакан гороха лущеного, 500 г картофеля, 2 яблока, 2 луковицы, по 2 ст. ложки

томата-пюре и масла.

### Суп с мясными консервами

Сварить на воде овощной суп (картофель, щи, борщ), как указано выше, положить мясные консервы и дать супу закипеть.

При подаче на стол суп посыпать зеленью петрушки или укропом.

На 1 банку мясных консервов — 500—600 г овощей разных, 1,5—2 л воды, 1 ст. ложку масла.

### Суп с рыбными консервами

Сварить на воде овощной суп (картофельный, рассольник, щи из квашеной капусты), как указано выше.

После этого положить рыбные консервы и дать супу закипеть.

На 1 банку рыбных консервов — 500—600 г овощей разных, 1,5—2 л воды, 1 ст. ложку масла.

## ПРОЗРАЧНЫЕ СУПЫ

Основой всех прозрачных супов является крепкий бульон, сваренный из говяжьего мяса, дичи или курицы.

Рис, яйца, клецки, вермишель и различные овощи в большинстве случаев готовят отдельно, перед подачей кладут в тарелки и заливают горячим бульоном. Это сохраняет прозрачность бульона и придает супу привлекательный и аппетитный вид. Овощи надо нарезать соломкой или кубиками.

Калорийность прозрачных супов зависит главным образом от входящих в них дополнительных продуктов. Но значительное количество экстрактивных веществ, находящихся в бульоне, вызывает усиленное выделение желудочного сока и, следовательно, способствует возбуждению аппетита и лучшему усвоению пищи, съеденной после супа.

Особенно рекомендуются прозрачные супы в том случае, когда после них подают блюда из мяса или рыбы, отличающиеся большой калорийностью.

### Бульон прозрачный мясной

Для приготовления прозрачного бульона берут мясо первого

сорта, например кострец или огузок. Промытое мясо положить в кастрюлю, залить холодной водой, накрыть крышкой и поставить на огонь. Когда вода закипит, снять с поверхности пену. Через час-полтора положить коренья и лук. Для придания бульону большего аромата и золотистой окраски часть кореньев — половину моркови, петрушки и луковицы — поджарить без масла (с одной стороны) на разогретой чугунной сковороде, затем положить их в бульон, одновременно посолив его.

Продолжительность варки прозрачного бульона — от 2 до 2,5 часов. Готовое мясо вынуть и использовать для приготовления второго блюда. После того как бульон отстоится, снять сверху жир и процедить бульон сквозь частое сито или салфетку.

Для получения еще более крепкого и совершенно прозрачного бульона дополнительно нужно произвести так называемое оттягивание (осветление). Для приготовления оттяжки взять 300 г мяса третьего или четвертого сорта. Мясо пропустить через мясорубку, положить в отдельную кастрюлю, добавить один яичный белок, стакан бульона, перемешать и в таком виде оставить на 20—30 минут. Затем все это влить в горячий бульон, закрыть крышкой, поставить на огонь и при слабом кипении продолжать варку 30— 40 минут. Когда оттяжка свернется и осядет на дно, бульон осторожно процедить. Готовый прозрачный бульон можно подать с гренками, пирожками, кукурузными хлопьями или же использовать для приготовления прозрачных супов. Из оставшегося при оттягивании мяса можно приготовить фарш для запеканки и др.

На 500 г мяса — по 1 моркови, петрушке или 1 корень сельдерея, 1 луковицу, 1,5—2 л воды.

**Бульон из дичи**

Бульон из дичи готовят обычно в тех случаях, когда варят дичь для салата или для приготовления под майонезом, а также при наличии костей и зачисток от дичи, идущей на приготовление вторых блюд (например, когда готовят котлеты из фазана, тетерева, куропатки, рябчика и др.). В этом случае кости и зачистки надо разрубить помельче, сложить в суповую кастрюлю, добавить туда же поджаренные без масла морковь, петрушку, луковицу (см. выше рецепт приготовления мясного прозрачного бульона), затем прибавить 1—2 стебля сельдерея (или несколько ломтиков корня сельдерея), залить все это водой и поставить на огонь. Когда бульон закипит, снять пену и продолжать варку на слабом огне около часа. Перед окончанием

варки бульон посолить, дать ему отстояться и затем процедить.

На 1 фазана (1 тетерева или 4 рябчиков) — по 1 моркови, петрушке и луковице, 1—2 стебля сельдерея, 2—3 л воды.

## Бульон куриный

Курицу насухо вытереть полотенцем и опалить, отрубить шейку и лапки, выпотрошить и тщательно промыть. Желудок разрезать, очистить и снять с него пленку; сердце надрезать; лапки ошпарить, снять с них кожицу и обрубить когти; голову ощипать; с печени осторожно срезать желчный пузырь. Все потроха промыть. На тушке курицы, ниже грудки, сделать два надреза и заправить в них ножки, а крылышки подогнуть к спинке — это придает тушке более красивую и удобную для варки форму.

Подготовленные таким образом курицу и потроха вместе с очищенными и разрезанными кореньями положить в кастрюлю, залить холодной водой, накрыть крышкой и поставить варить. Появившуюся в начале кипения пену снять шумовкой. Варить курицу от 1 до 2 часов, в зависимости от ее величины и возраста.

Готовность курицы определяют при помощи вилки. Если вилка свободно прокалывает мясо ножки, то курица готова. Курицу и потроха вынуть из бульона, положить в другую кастрюлю и накрыть. Бульон процедить.

На одну курицу (средний вес 1 кг) — по 1 моркови, петрушке, луковице, 2,5—3 л воды.

## Бульон с гренками

Сварить бульон (мясной, куриный или из дичи) и подать в бульонных чашках или тарелках. Отдельно на тарелке подать гренки. Для приготовления гренков белый хлеб нарезать ломтиками толщиной 1/2 см и подрумянить в духовом шкафу. Гренки можно приготовить также с сыром. Для этого ломтики хлеба посыпать натертым сыром, сбрызнуть растопленным маслом и подрумянить в духовом шкафу.

Вместо гренков можно подать пирожки, сухое печенье, кукурузные хлопья.

## Бульон—«борщок»

В прозрачный бульон (мясной, куриный или из дичи) за 10—15 минут до окончания варки добавить тонкие ломтики очищенной красной свеклы, 2 ст. ложки виноградного вина или уксуса и немного сахара. .

Готовый «борщок» процедить и разлить в бульонные чашки. Отдельно подать гренки с сыром.

На 2—2,5 л бульона — 250 г свеклы, 2—3 ст. ложки уксуса, 1 ст. ложку сахара.

## Бульон с макаронными изделиями

Вермишель, лапшу, ушки, звездочки опустить на 2—3 минуты в кипящую воду, после чего переложить в кипящий прозрачный мясной или куриный бульон и доваривать до готовности 12—15 минут. Мучные изделия отваривают в воде для сохранения прозрачности бульона.

На 2 л бульона — 100—125 г мучных изделий.

## Бульон с клецками

Сварить мясной или куриный бульон и одновременно приготовить тесто для клецок из муки, манной крупы или картофеля. Подготовленное тесто разделать при помощи столовой и чайной ложек. Столовой ложкой брать из кастрюли готовое тесто, а чайной ложкой, смоченной в воде, отделять небольшие кусочки овальной формы, опускать их в горячий бульон и варить в нем.

На 2 л бульона готовят клецки из 1/2 стакана муки (манной крупы) или из 3 шт. картофеля.

Заварное тесто для клецок. В кастрюлю влить 1/3 стакана бульона, положить масло, соль и вскипятить. Затем всыпать муку или манную крупу, размешать веселкой и проварить муку в течение 1—2 минут, а крупу — 5—6 минут, после чего снять кастрюлю с огня, положить яйца и хорошо перемешать.

На 1/2 стакана муки или крупы манной— 2 ст. ложки масла, 2 яйца.

Незаварное тесто для клецок. В тарелку влить 1/4 стакана бульона, положить масло, яйцо, всыпать муку, соль и замесить

тесто.

На 1/2 стакана муки — 1 яйцо, 1/2 ст. ложки масла.

Картофельное тесто для клецок. картофель очистить, сварить, протереть горячим, добавить сырые яичные желтки и хорошо перемешать. Затем прибавить взбитые яичные белки и снова перемешать.

На 3 шт. картофеля — 3—4 ст. ложки муки, 2 яйца.

## Бульон с пельменями

Это блюдо можно быстро приготовить, используя имеющиеся в продаже пельмени. В кипящий бульон опустить готовые пельмени и варить при слабом кипении, пока они не всплывут на поверхность бульона (около 10 минут).

Если нет готовых пельменей, их можно приготовить. Мясо (лучше говядину пополам со свининой) два раза пропустить вместе с луком через мясорубку, прибавить немного воды, положить соль, перец, хорошо размешать.

Отдельно приготовить тесто: в муку вбить яйцо, влить 1/4 стакана воды, положить соль, хорошо перемешать и замесить довольно крутое тесто. Тесто раскатать тонким слоем, вырезать из него выемкой или рюмкой кружочки и положить на каждый кружочек небольшие шарики приготовленного фарша. Края кружков теста защипать.

Чтобы бульон с пельменями получился прозрачным, надо пельмени сначала на несколько секунд опустить в горячую воду (смыть муку), а затем переложить в кипящий бульон и сварить.

При подаче на стол посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропом.

На 2 л бульона для пельменей — 300—400 г мяса, 1—2 луковицы, 1,5 стакана муки, 1 яйцо.

## Бульон с булочками

Булочки для бульона выпекают из заварного теста величиной с лесной орех. Для приготовления булочек в кастрюлю влить 1/2 стакана воды, положить масло, соль, поставить на огонь и как только смесь закипит, всыпать муку, размешать веселкой, прогреть в течение 1—2 минут, сняв с огня, вбить в тесто яйца (по одному яйцу), вымешивая тесто до гладкости.

Готовое тесто разделать чайной ложкой так же, как клецки, или положить в бумажный (из пергамента) пакет с трубочкой диаметром 1/2 см и выдавливать тесто на смазанный маслом холодный пирожковый лист. Затем на 10—15 минут поставить лист в духовой шкаф. Булочки при выпечке должны увеличиться в объеме в два с половиной раза и подсохнуть. В мясной или куриный бульон, разлитый в тарелки, булочки нужно положить перед самой подачей к столу или подать их отдельно.

На 2—2,5 л прозрачного бульона для булочек — 100 г муки, 3 ст. ложки масла, 2- 3 яйца.

## Бульон с манной крупой

В кипящий мясной или куриный бульон засыпать, помешивая ложкой, просеянную манную крупу и варить около 10 минут. Готовый суп разлить в тарелки и посыпать зеленью петрушки. При подаче на стол можно положить в каждую тарелку 1 ст. ложку прогретого консервированного зеленого горошка и по 1 яйцу, сваренному «в мешочек».

На 2—2,5 л прозрачного бульона — 4 ст. ложки крупы манной.

## Бульон с саго

В кипящий мясной бульон положить саго и варить 15—30 минут. Готовый суп разлить в тарелки, посыпать зеленью петрушки.

На 2—2,5 л прозрачного бульона — 1/2 стакана саго.

## Бульон с рисом

Рис хорошо промыть, положить в кастрюлю с горячей водой и дать прокипеть 3—5 минут.

Затем воду слить, рис снова промыть, откинуть на решето и, когда вода стечет, на 20—25 минут положить довариваться в кипящий мясной или куриный бульон. Готовый бульон разлить ь тарелки и посыпать зеленью петрушки.

На 2—2,5 л прозрачного бульона — 1/2 стакана риса.

## Бульон с кореньями и рисом

Очищенные коренья нарезать кубиками, положить в кастрюлю, слегка поджарить в масле, залить 2 стаканами бульона и варить под крышкой на слабом огне 5—10 минут. Затем положить в кастрюлю нарезанные стручки горошка или фасоли и варить еще 10 минут. После этого добавить нарезанный щавель и дать прокипеть 2—3 минуты.

Отдельно в кастрюле отварить рис. При подаче к столу положить в тарелку сваренный рис и овощи, залить бульоном и посыпать зеленью петрушки. В этом супе рис можно заменить перловой крупой.

На 2—2,5 л прозрачного бульона — по 1 моркови, луковице, репе, петрушке, 50 г щавеля, 50 г стручков горошка зеленого или фасоли, 1 ст. ложку масла, 3 ст. ложки риса.

## Бульон с запеченным рисом

Рис сварить, откинуть на сито или дуршлаг, дать стечь воде, затем переложить его в миску или тарелку. Добавить сырые яйца, масло, часть натертого сыра, соль; все это хорошо размешать и выложить на смазанную маслом и посыпанную толчеными сухарями сковороду. Поверхность риса выровнять ножом, посыпать остальной частью тертого сыра, полить маслом и поставить в духовой шкаф на 15—20 минут для запекания. Запеченный рис слегка охладить, выложить на доску (опрокинув сковороду), нарезать, разложить в тарелки и залить горячим мясным или куриным бульоном.

На 2—2,5 л прозрачного бульона — стакана риса, 2 яйца, по 1 ст. ложке масла и сухарей толченых, 50 г сыра.

## Бульон с кореньями и зеленью

В горячий мясной или куриный бульон положить овощи — сначала морковь, репу и спаржу, нарезанные брусочками, цветную капусту, разобранную на мелкие кочешки, а затем стручки фасоли или горошка, разрезанные поперек на 2—3 части. Спустя 15—20 минут, добавить нарезанные листики шпината или салата и дать бульону прокипеть в течение 2—3 минут.

Суп может быть, подан с курицей или яйцом, сваренным «в

мешочек». Перечисленный набор овощей можно изменить в зависимости от сезона. Например, при отсутствии спаржи положить немного больше моркови, свежий горошек и фасоль заменить консервированными.

На 2—2,5 л прозрачного бульона — 250—300 г различных кореньев и зелени — морковь, репа, цветная капуста или спаржа, стручки горошка или фасоли, шпинат или салат, зелень петрушки.

### Бульон с сельдереем

Поставить варить мясной прозрачный бульон. Спустя час-полтора после того, как он закипит, добавить очищенные коренья — морковь, петрушку, сельдерей — и варку продолжать до полной готовности овощей. Готовый бульон процедить, разлить в бульонные чашки и подавать с гренками или пирожками.

На 2—2,5 л прозрачного бульона — 100 г сельдерея, 1 морковь, 1/2 корня петрушки.

### Бульон с яйцом

Сварить мясной или куриный бульон, разлить в тарелки или бульонные чашки и опустить в каждую тарелку очищенное от скорлупы яйцо, сваренное «в мешочек».

### Бульон с омлетом

Сварить мясной или куриный бульон, а затем приготовить омлет.

Для приготовления омлета яйца взбить венчиком, чтобы белок и желток хорошо смешались, добавить соль и, продолжая взбивать, влить холодное молоко или бульон. Полученную массу вылить в гладкие порционные формочки или на сковороду, смазанную сливочным маслом, установить ее в другую большую сковороду с горячей водой, накрыть крышкой и проварить, пока омлет не загустеет. Время варки омлета в маленьких формочках 10—15 минут, в большой сковороде 30—40 минут. Чтобы поверхность омлета получилась ровной, во время варки вода должна быть близка к кипению, но не кипеть. Готовый омлет немного охладить (10—15 минут), а затем выложить из формочек в тарелки с бульоном. Омлет, приготовленный на сковороде, надо

нарезать квадратиками.

Омлет для бульона можно приготовить со шпинатом или томатом. Шпинат для этого берут консервированный или свежий. Свежий шпинат нужно хорошо промыть, отварить в небольшом количестве воды и протереть сквозь сито. Подготовленный шпинат или томат-пасту добавляют в яичную смесь перед ее запеканием. При подаче к столу в бульон хорошо добавить листики петрушки.

На 2—2,5 л прозрачного бульона для омлета — 1 стакан молока, 1 ст. ложку масла, 4 яйца.

## Бульон с фрикадельками

Мякоть сырого мяса пропустить два-три раза через мясорубку, прибавить соль, перец и 2 ст. ложки холодной воды. Полученную массу тщательно перемешать, разделать в виде шариков (фрикаделек) и опустить их в готовый кипящий мясной или куриный бульон. Затем фрикадельки вынуть шумовкой и разложить в тарелки по 8—10 шт. Бульон процедить и залить им фрикадельки, сверху посыпать зеленью петрушки.

Фрикадельки можно приготовить также из телятины и баранины. Бараний жир рекомендуется отделить от мяса и заменить маслом.

На 2—2,5 л прозрачного бульона — 200 г мяса (мякоть с жиром).

## Бульон с клецками из курятины

Для приготовления клецок нужно мясо курицы пропустить через мясорубку, добавить белок яйца, а также размоченный в молоке отжатый хлеб и посолить. Все это хорошо перемешать и пропустить еще один-два раза через мясорубку, а затем положить в кастрюлю и размешать. После этого, постепенно добавляя молоко (по столовой ложке), выбить массу лопаточкой, протереть сквозь сито, чтобы получить гладкую однородную массу. Эту массу разделать при помощи двух ложек (как мучные клецки) и опускать в горячую воду.

Готовые клецки вынуть из воды шумовкой, выложить на тарелки, залить куриным бульоном и посыпать зеленью петрушки.

На 2—2,5 л прозрачного бульона для клецок — 100 г

мякоти (филе) курицы, 1 яичный белок, 1/4 стакана молока, ломтик хлеба белого.

## Уха

Наиболее вкусная уха готовится из живой рыбы (стерляди, окуня). Уху можно варить также из судака или разной мелкой рыбы, за исключением карася и линя. Для придания ухе необходимой клейкости мелкую рыбу — ершей и окуней — следует варить, не счищая с них чешуи, выпотрошенными, тщательно промытыми. У окуней, кроме внутренностей, надо удалить и жабры, иначе бульон получит горьковатый привкус.

Подготовленную рыбу положить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить очищенные коренья, лук, соль и варить при медленном кипении от 40 минут до часа. После этого бульон процедить.

Для того чтобы получить прозрачную уху, надо произвести оттягивание (осветление) паюсной или зернистой икрой. Для этого 50 г икры растереть в ступке, постепенно добавляя по ложке холодной воды, до получения тестообразной массы. Растертую икру развести стаканом холодной воды, добавить стакан горячей ухи и, размешав, влить в два приема в кастрюлю с горячей ухой. После того как будет влита первая часть, уха должна закипеть, и только тогда можно влить остальную часть оттяжки. При вторичном закипании ухи крышку с кастрюли снять и варить при слабом кипении 15—20 минут.

Когда уха будет готова, ее надо снять с огня и дать постоять 10—15 минут, чтобы оттяжка осела на дно кастрюли. После этого осторожно процедить. Готовую уху подают с кулебякой, расстегаем. В тарелку с ухой можно положить кусок вареной рыбы.

На 1 кг рыбы — по 1 головке репчатого лука, стеблю лука-порея, петрушке и сельдерею, 2,5—3 л воды.

## СУПЫ-ПЮРЕ

Суп-пюре может быть приготовлен из овощей, круп и бобовых, из мясных или рыбных продуктов.

Овощной суп-пюре готовят из одного или из нескольких видов овощей, например, из цветной капусты или моркови, или из картофеля, моркови и репы.

Из круп на суп-пюре идут преимущественно рис и перловая крупа; из бобовых — фасоль, горох.

Мясные супы-пюре лучше всего приготовлять из домашней птицы или дичи.

Для рыбных супов можно рекомендовать карпа, корюшку, навагу, судака, треску и др.

Продукты, предназначенные для приготовления супа- пюре, после их варки протирают сквозь сито.

Суп-пюре из овощей, круп, бобовых можно готовить на отварах, полученных при варке этих продуктов, с добавлением в них молока. Можно их готовить на мясном или курином бульоне, сваренном так же, как для обычного мясного супа. Для супов-пюре из домашней птицы, дичи или рыбы используют бульоны, получаемые при варке этих продуктов.

Чтобы протертые продукты не осели в бульоне, в него добавляют слегка поджаренную в масле муку и проваривают 20—30 минут.

По густоте суп-пюре должен напоминать сливки.

Перед подачей на стол в суп-пюре нужно положить кусочек сливочного масла и ложкой хорошенько размешать его. Масло придает супу приятный вкус и аппетитный вид.

Для повышения питательности в суп-пюре, кроме масла, можно добавить пастеризованные или кипяченые сливки или яичную заправку, которую готовят так: 2—3 яичных желтка выпустить в маленькую кастрюлю и, непрерывно помешивая, постепенно влить 3Д стакана горячего молока или сливок, процедить сквозь сито и добавить в суп, размешивая ложкой.

Если суп-пюре сразу после приготовления почему-либо не будет подан на стол, то кастрюлю следует поставить на водяную баню, чтобы суп больше не кипел, но оставался горячим.

При подаче на стол рекомендуется положить в суп немного (приблизительно столовую ложку на тарелку) непротертых продуктов. Например, в суп из цветной капусты положить дольки кочешка капусты, отваренные в подсоленной воде или бульоне; в суп-пюре из картофеля — свежий или консервированный зеленый горошек и т.д. К супам-пюре из домашней птицы или дичи рекомендуется оставлять для гарнира немного филе, которое нарезается в виде соломки.

Ко всем супам-пюре подают гренки из белого хлеба, нарезанного маленькими кубиками и подсушенного в духовом шкафу или поджаренного на сковороде с маслом. Можно также подать пирожки с различной начинкой: к супу из мясных продуктов и овощей — с мясом или с капустой и яйцами, к супу из рыбы — расстегаи с вязигой или рыбой.

**Суп-пюре из картофеля**

Очищенный и вымытый лук-порей нарезать, слегка поджарить на масле, прибавить очищенный, вымытый и нарезанный ломтиками картофель, залить 5 стаканами воды, положить соль и варить 25—30 минут. Сваренный картофель вместе с отваром протереть сквозь сито, прибавить горячее молоко и размешать. Перед подачей на стол суп заправить маслом и яичными желтками, смешанными с молоком. Отдельно подать гренки или кукурузные хлопья.

На 1 кг картофеля — 2—3 стакана молока, 3 ст. ложки масла , 3 стебля лука-порея.

Для заправки — 2 желтка яичных и 3/4 стакана молока.

## Суп-пюре из тыквы

Тыкву и картофель очистить от кожуры, промыть, нарезать тонкими ломтиками, положить в кастрюлю, залить 3—4 стаканами воды, добавить соль, сахар, столовую ложку масла и поставить варить на слабом огне на 25—30 минут. Добавить подсушенные или поджаренные в масле гренки, размешать и вскипятить. Полученную массу процедить, оставшуюся гущу протереть сквозь сито, все это развести горячим молоком до густоты сливок и заправить сливочным маслом.

Этот суп можно приготовить иначе. Нарезанную тыкву поставить варить, залив ее 2 стаканами воды. Отдельно в кастрюле поджарить 2 ст. ложки муки с 2 ст. ложками масла, развести 4 стаканами горячего молока и 2 стаканами воды, вскипятить, смешать с тыквой и варить 15—20 минут. После этого суп протереть сквозь сито, добавить соль, 1—2 стакана горячего молока, масло и перемешать. К супу отдельно подать гренки.

На 800 г тыквы — 150 г гренков или 2 ст. ложки муки, 300 г картофеля, 4—5 стаканов молока, 3 ст. ложки масла, 2 чайных ложки сахара.

## Суп-пюре из моркови

Очищенную и промытую морковь нарезать тонкими ломтиками, положить в кастрюлю, влить 1/4 стакана воды, добавить 1 ст. ложку масла, чайную ложку соли, столько же сахара и тушить 5—10 минут. После этого всыпать 1/2 стакана

промытого риса, залить 5 стаканами воды, накрыть крышкой и варить на слабом огне 40—50 минут. Затем вместе с отваром протереть сквозь сито, предварительно отложив 2 ст. ложки сваренного риса (без моркови) для гарнира. Полученное пюре развести горячим молоком и по вкусу посолить. При подаче на стол заправить маслом и положить сваренный рис. К супу подать гренки.

На 800 г моркови — 3/4 стакана риса, 3 ст. ложки масла, 2 стакана молока, 1 чайную ложку сахара.

## Суп-пюре из стручков фасоли

Стручки фасоли очистить и вымыть, отделить четвертую часть их для гарнира и нарезать ромбиками; остальные пропустить через мясорубку. Очищенный и промытый картофель нарезать ломтиками, сложить в кастрюлю, добавить измельченные стручки фасоли, соль, 1—2 ст. ложки масла, залить 4—5 стаканами горячей воды, накрыть крышкой и варить; когда картофель будет готов, протереть смесь сквозь частое сито. Полученное пюре развести горячим молоком и заправить маслом. При подаче на стол положить в суп сваренные для гарнира стручки фасоли. Отдельно подать гренки.

Этот суп можно приготовить также из консервированной стручковой фасоли. Отобрать часть бобов для гарнира, остальные вместе с соком смешать с картофелем и дальше готовить так же, как сказано выше.

На 600—700 г стручков фасоли — 3 ст. ложки масла,, 500 г картофеля, 2 стакана молока.

## Суп-пюре из цветной капусты

Отобрать 1/4 часть мелких кочешков цветной капусты для гарнира и отдельно сварить их в подсоленной воде, остальную капусту, а также очищенный и промытый картофель, нарезанный ломтиками, сложить в кастрюлю, залить 4 стаканами воды, добавить 2 чайные ложки соли и поставить варить на 25—30 минут. Все это протереть сквозь сито и развести горячим молоком. При подаче на стол суп заправить сливками или сливочным маслом, перемешать и положить отваренные кочешки капусты. Отдельно подать гренки.

Вместо свежей можно взять консервированную цветную капусту. В этом случае срок варки супа сокращается на 10—15

минут.

Суп-пюре можно приготовить также из белокочанной капусты. Ее надо очистить, вымыть и поставить варить. Через 15—20 минут положить картофель, сварить его и дальше готовить суп, как указано выше.

На 600 г цветной или 750 г капусты белокочанной — 500 г картофеля, 2 стакана молот и 3 ст. ложки масла.

## Суп-пюре из спаржи

Отобрать и очистить для гарнира 20—25 головок спаржи. Остальную спаржу промыть, нарезать и поставить варить на 15—20 минут, прибавив 2 стакана воды и немного соли. В суповой кастрюле слегка поджарить 2 ст. ложки муки с таким же количеством масла, развести 4 стаканами молока, вскипятить, прибавить спаржу вместе с отваром и варить 10—15 минут. Затем протереть сквозь сито и по вкусу прибавить соль. Перед подачей к столу заправить маслом, положить в суп сваренную для гарнира спаржу. Отдельно подать гренки.

На 800 г спаржи — 4 ст. ложки масла, 2 ст. ложки муки, 4 стакана молока.

## Суп-пюре из овощей

Морковь, репу и белые части лука-порея мелко нарезать, сложить в кастрюлю, прибавить 2 ст. ложки масла и тушить 10—15 минут. Затем влить 4 стакана воды, добавить картофель и промытый рис, кастрюлю накрыть крышкой, поставить на слабый огонь и варить 30—35 минут. Овощи вместе с отваром протереть сквозь сито, развести 2 стаканами горячего молока, положить соль, масло и размешать. При подаче на стол положить в суп сваренный зеленый или консервированный горошек. Отдельно подать гренки.

На 150 г моркови, 150 г репы, 200 г картофеля и 100 г лука-порея — 3/4 стакана риса, 100 г горошка, 3 ст. ложки масла, 2 стакана молока.

## Суп-пюре из помидоров

Приготовить молочный соус. Для этого в суповой кастрюле слегка поджарить муку с 2 ст. ложками масла, развести ее

горячим молоком и все это вскипятить.

Свежие помидоры разрезать на части, добавить одну столовую ложку масла, сахар и, закрыв, тушить 10—15 минут. Затем влить 3 стакана воды, вскипятить, смешать с молочным соусом и варить на слабом огне 15—20 минут, после этого протереть сквозь сито и заправить маслом. Перед подачей на стол в суп положить рис, сваренный отдельно.

Если для приготовления супа берут консервированные помидоры, то их следует положить вместе с соком в подготовленный молочный соус, добавить 2 стакана овощного отвара и варить, как указано выше.

Томатную пасту для супа следует положить в приготовленный молочный соус, прибавить 2 стакана воды или овощного отвара и варить в течение 15—20 минут, после чего протереть сквозь сито и заправить солью и маслом.

> На 750 г помидоров или на 100 г томата-пюре, или на 1 банку помидоров консервированных — 4 ст. ложки масла, 2 ст. ложки муки, 4 стакана молока, 1 чайною ложку сахара, 2 ст. ложки риса для гарнира.

## Суп-пюре из салата

Отобранные и промытые листья салата на 1—2 минуты опустить в кипяток, откинуть на сито, дать стечь воде, пропустить через мясорубку с частой сеткой. Отдельно в кастрюле слегка поджарить муку с 2 ст. ложками масла, развести 5—6 стаканами горячего молока, вскипятить, смешать с салатом и варить 15—20 минут. Затем добавить по вкусу соль, масло, влить еще стакан горячего молока или сливок и размешать. К супу на тарелке подать гренки.

> На 800 г салата зеленого — 3 ст. ложки масла сливочного, 2 ст. ложки муки, 5—6 стаканов молока, 1 стакан сливок.

## Суп-пюре из шампиньонов или белых грибов

Свежие шампиньоны очистить, вымыть, пропустить через мясорубку, сложить в кастрюлю, добавить столовую ложку масла, разрезанную вдоль на 2 части морковь и целую луковицу, накрыть крышкой и тушить 40—45 минут. Потом прибавить стакан воды и прокипятить.

В суповой кастрюле слегка поджарить 2 ст. ложки муки с 2 ст.

ложками масла, развести 4 стаканами горячего молока и стаканом овощного отвара или воды, вскипятить, смешать с тушеными шампиньонами (удалив морковь и луковицу) и варить 15—20 минут. После варки по вкусу положить соль, заправить суп маслом и яичными желтками, смешанными со сливками или молоком. Отдельно подать гренки.

Так же можно приготовить суп из свежих белых грибов или сморчков.

На 600 г свежих шампиньонов или грибов белых — 2 ст. ложки муки, 4 стакана молока, 4 ст. ложки масла, по 1 моркови и луковице.

Для заправки — 2 яичных желтка и 1 стакан сливок или молока.

## Суп-пюре из зеленого горошка

Для этого супа можно брать свежезамороженный или консервированный горошек. Консервированный или предварительно сваренный замороженный горошек протереть сквозь сито и смешать с молочным соусом.

Для приготовления молочного соуса муку слегка прожарить с маслом, развести горячим молоком и все вместе проварить в течение 10—15 минут. После этого протереть сквозь сито, развести горячей водой, по вкусу положить соль. Перед подачей на стол заправить маслом и положить гарнир — 2—3 ст. ложки непротертого консервированного горошка. Отдельно подать гренки.

На 1 банку (800 г) горошка консервированного — 3 ст. ложки масла, 2 ст. ложки муки, 4 стакана молока.

## Суп-пюре из риса

Стакан риса промыть в теплой воде, положить в кастрюлю, залить 4 стаканами горячей воды, добавить немного соли и варить 35—40 минут, после чего рис вместе с отваром протереть сквозь сито. Полученное рисовое пюре развести горячим молоком, прогреть, прибавить соль и масло. В готовый суп можно положить вареный рис — по 1 ст. ложке на тарелку. Отдельно подать гренки.

На 1 стакан риса —3—4 стакана молока и 3 ст.

ложки масла.

## Суп-пюре из фасоли или гороха

Фасоль перебрать, промыть и замочить в холодной воде в течение 5—6 часов. После этого положить ее в кастрюлю, залить 4—5 стаканами воды, прибавить разрезанную пополам морковь, целую луковицу с воткнутыми в нее 2 шт. гвоздики и, закрыв, варить на слабом огне 40—50 минут. Затем вынуть морковь и лук, фасоль вместе с отваром протереть сквозь сито, развести горячим молоком и посолить. Перед подачей на стол заправить суп маслом. Отдельно подать гренки.

Так же готовят суп из гороха, с той лишь разницей, что гвоздику в гороховый суп не кладут.

На 400 г фасоли или гороха — по 1 моркови и луковице, 4 ст. ложки масла, 2 стакана молока.

## Суп-пюре из консервированной кукурузы

Кукурузу пропустить через мясорубку, положить в кастрюлю, добавить 3 стакана воды и вскипятить. Отдельно слегка поджарить муку с 2 ст. ложками масла, развести ее горячим молоком, вскипятить и, смешав с кукурузой, варить 15—20 минут. Суп протереть сквозь сито, прогреть, посолить и заправить маслом. К супу подать гренки или кукурузные хлопья.

На 1 банку кукурузы консервированной — 2 ст. ложки муки, 4 ст. ложки масла, 3 стакана молока.

## Суп-пюре из печени

Печень телячью или говяжью очистить от пленки и желчных протоков, вымыть и нарезать в виде маленьких кубиков; затем слегка обжарить печень на масле вместе с тонко нарезанными кореньями и луком-пореем и поставить тушить на 30—40 минут под крышкой, прибавив 1/2 стакана воды или бульона. После этого два-три раза пропустить печенку через мясорубку с частой решеткой и протереть сквозь сито.

Отдельно приготовить белый соус: муку, предварительно немного поджаренную с 2 ст. ложками масла, развести 4 стаканами бульона и варить 20—30 минут. Затем соус процедить, прибавить протертую печень, перемешать и довести

суп до кипения. Если суп получается густой, добавить бульон. После этого суп заправить яичными желтками, смешанными со сливками или молоком и кусочками масла.

К супу подать мелко нарезанные гренки.

На 400 г печени — 500—600 г мяса третьего сорта для бульона, 4 ст. ложки масла сливочного, 2 ст. ложки муки, по 1 моркови, петрушке, лук-порей.

Для заправки — 2 яйца, 1 стакан сливок или молока.

## Суп-пюре из курицы

Сварить курицу, отделить мясо от костей, оставить часть филе для гарнира, а остальное мясо пропустить два- три раза через мясорубку и, добавив 2—3 ст. ложки холодного бульона, протереть сквозь сито.

Муку поджарить с 2 ст. ложками масла, развести 4 стаканами горячего бульона и проварить 20—30 минут. Полученный соус процедить, положить в него приготовленное из курицы пюре, перемешать и, если суп получается очень густой, разбавить горячим бульоном и довести до кипения. Затем снять с огня, посолить, заправить сливочным маслом и яичными желтками, смешанными с молоком. При подаче на стол положить в суп мелко нарезанное филе. Отдельно подать гренки.

Так же можно приготовить суп-пюре из кролика.

На 1 курицу — 4 ст. ложки масла, 2 ст. ложки муки.

Для заправки — 2 яйца и 1 стакан сливок или молока.

## Суп-пюре из дичи

Подготовленную птицу (фазана, тетерева, рябчика, куропатку) сначала обжарить, а потом варить 20—30 минут в мясном бульоне с кореньями и луком-пореем. Так дичь лучше сохранит свойственный ей аромат и вкус. Мясо готовой дичи отделить от костей, оставить для гарнира часть филе, а остальное мясо пропустить 2—3 раза через мясорубку, добавить 2—3 ст. ложки холодного бульона, перемешать и протереть сквозь сито.

Дальнейшее приготовление, заправка и подача супа производятся так же, как супа-пюре из курицы.

На 1 фазана или тетерева (2 рябчиков или 2 куропаток) и 500—600 г мяса 3—4 сорта для бульона — 4 ст. ложки масла, 2 ст. ложки муки, по 1 моркови, петрушке, лук-порей.

Для заправки — 2 яйца, 1 стакан сливок или молока.

## Суп-пюре из рыбы

Рыбу очистить, промыть, отделить мясо от костей. Кости с кореньями и луком поставить варить для бульона. Мякоть рыбы нарезать кусочками и тушить с маслом и мелко нарубленным луком. В кастрюле слегка поджарить 2 ст. ложки муки с 2 ст. ложками масла, развести 4 стаканами рыбного бульона, вскипятить, положить подготовленную рыбу и варить 15—20 минут. После варки суп процедить и протереть сквозь сито, развести горячим молоком, по вкусу положить соль и заправить маслом. Можно добавить яичные желтки, смешанные с молоком.

Подавать суп можно с кусочками рыбы или с фрикадельками. Для приготовления фрикаделек оставить 100 г рыбного филе. Отдельно подать гренки.

Этот суп можно приготовить из карпа, корюшки, наваги, трески, судака, кеты и другой рыбы.

На 750 г рыбы — 2 ст. ложки муки, 4 ст. ложки масла, 2 стакана молока, по 1 моркови и петрушке, 2 луковицы.

## Суп-пюре из консервированных крабов

Отобрать несколько крупных кусков краба для гарнира, остальные пропустить через мясорубку, положить в кастрюлю, залить стаканом бульона или воды и, закрыв, поставить варить на 5—10 минут. В отдельной кастрюле слегка поджарить муку с 2 ст. ложками масла, развести горячим молоком, вскипятить, добавить крабов и варить еще 15—20 минут. Затем протереть сквозь сито, посолить, добавить масло и яичную заправку. Нарезать оставленные для гарнира кусочки крабов и положить в суп. Отдельно подать гренки.

На 1 банку крабов консервированных — 4 ст. ложки масла, 2 ст. ложки муки, 4 стакана молока.

Для заправки — 2 яйца, 1 стакан сливок или молока.

## МОЛОЧНЫЕ СУПЫ

Молочные супы очень питательны, приготовление их весьма несложно. Молочные супы можно варить из обыкновенного или консервированного молока (сухого и сгущенного).

Сухое молоко следует класть в кастрюлю из расчета 1—1,5 ст. ложки на стакан воды. Тщательно размешать сначала в небольшом количестве теплой воды, чтобы образовалась однородная густая масса, затем постепенно подливать в кастрюлю воду такой же температуры и размешивать до полного растворения молочного порошка. После этого молоко довести до кипения и начать варку супа.

Сгущенное молоко в большинстве случаев вырабатывается с добавлением значительного количества сахара. Разводить молоко следует горячей водой (на столовую ложку — стакан воды). В разведенное вскипяченное молоко положить лапшу, рис или другие продукты и по вкусу добавить соль (около 1/3 чайной ложки на 1 л молока).

Молочные супы нужно варить в посуде с толстым дном или же на слабом огне, чтобы молоко не пригорело.

### Суп молочный рисовый

Рис хорошо промыть, откинуть на дуршлаг. Когда вода стечет, положить рис в кипящее молоко, добавить соль, сахар и варить 30 минут. При подаче к столу положить масло.

На 1 л молока — 4 ст. ложки риса, 1 ст. ложку масла, 1 чайную ложку сахара.

### Лапша молочная

Лапшу перебрать, положить в кипящее молоко, добавить соль, сахар и варить 20—25 минут. При подаче на стол положить масло. Если вместо лапши засыпана вермишель, то варить следует 12—15 минут.

Лапшу можно приготовить домашним способом (?????). В этом случае варка продолжается 15—20 минут.

На 1 л молока —50 г лапши, 1 ст. ложку масла, 1 чайную ложку сахара.

### Суп молочный с запеченным рисом

Рис приготовляют и запекают так же, как для прозрачного супа (?????). Нарезанные кусочками запеченного риса положить в тарелку и залить кипящим молоком.

На 1 л молока — 3 ст. ложки риса, 1 яйцо, 1 ст. ложку масла, 25 г сыра, 2 чайные ложки сухарей.

## Суп молочный с перловой крупой

Перловую крупу тщательно промыть и залить холодной водой. Спустя 2 часа воду слить, крупу залить горячей водой и дать ей прокипеть 10 минут. Затем крупу откинуть на дуршлаг, дать стечь воде, переложить в кастрюлю с кипящим молоком и варить при слабом кипении в течение 40—50 минут. Добавив соль, сахар и масло, подать на стол.

На 1 л молока — 4—5 ст. ложек крупы перловой, 1 ст. ложку масла, 1 чайную ложку сахара.

## Суп молочный с картофельными клецками

Сваренный протертый картофель (примерно 1/2 стакана),сырые яичные желтки и муку смешать, посолить, затем прибавить взбитые яичные белки и снова перемешать. Полученное пюре взять столовой ложкой, края обровнять, затем чайной ложкой, смоченной в горячей воде, отделять клецки и опускать их в горячее молоко. Варить клецки следует при самом слабом кипении, без крышки, 10—12 минут, после чего суп посолить и добавить масло.

Молочный суп можно приготовить с мучными клецками, а также с клецками из манной крупы (см. «Бульон с клецками»).

На 1 л молока — 3—4 картофелины, 2 яйца, 3—4 ст. ложки муки, 1 ст. ложку масла.

## Суп молочный с овсяными хлопьями

В кипящее молоко всыпать овсяные хлопья, добавить по вкусу соль и варить 20—25 минут.

При подаче на стол положить в суп масло.

На 1 л молока — 1 стакан хлопьев овсяных, 1 чайную ложку сахара, 1 ст. ложку масла.

# СУПЫ ИЗ ЯГОД И ФРУКТОВ

## Суп из вишен с варениками

Вишни, предназначенные для супа, разделить пополам. Из одной половины вишен вынуть косточки, вторую размять, добавить косточки, вынутые из первой части вишен, залить 4—5 стаканами горячей воды, положить сахар, довести до кипения и процедить. Приготовить тесто, как для пельменей, тонко раскатать и вырезать кружочки; на каждый кружочек положить 1—2 очищенные вишни и защипать края теста. Перед самой подачей на стол вареники положить в горячий вишневый отвар и варить 5—10 минут.

На 600 г вишен — 1 стакан муки пшеничной, 1/2 стакана сахара, 2 яйца.

## Суп из вишен с рисом

Вишни промыть, вынуть из них косточки. Косточки залить 4—5 стаканами горячей воды, положить сахар, вскипятить и процедить. В полученный отвар засыпать рис и варить 30 минут. За 5 минут до окончания варки прибавить очищенные вишни.

На 300 г вишен — 4—5 ст. ложек риса, 1/2 стакана сахара.

## Суп из клюквы и яблок

Клюкву перебрать, промыть, размять в кастрюле, залить 5 стаканами кипятка, перемешать и накрыть крышкой, а через 10—15 минут процедить сквозь марлю. Кастрюлю с соком поставить на огонь, добавить сахар, яблоки, очищенные от кожицы и сердцевины, нарезанные ломтиками или соломкой. Когда закипит, всыпать картофельную муку (как это делается для приготовления киселя).

Суп подают охлажденным. Можно положить в суп сметану.

На 300 г клюквы и 500 г яблок — 1 стакан сахара, 1 ст. ложку муки картофельной.

## Суп из смородины и персиков

Готовят этот суп так же, как и суп из клюквы с яблоками. Из персиков, прежде чем их нарезать на дольки, удалить косточки.

На 300 г черной или красной смородины и 500 г персиков — 1 стакан сахара, 1 ст. ложку муки картофельной.

## Суп из овсянки с черносливом

Овсянку промыть в холодной воде, залить 2 л кипятка, положить масло (1 ст. ложку) и варить до готовности. Затем крупу протереть сквозь сито и положить в нее еще ложку масла. Очищенный от косточек чернослив залить водой, положить в него сахар и варить. Когда чернослив разварится, смешать его с овсянкой. Суп прокипятить и подавать.

На 1/2 стакана овсянки и 200 г чернослива — 2 ст. ложки масла, 1/4 стакана сахара.

## Суп из абрикосов и яблок

Зрелые абрикосы промыть, освободить от косточек и сварить с 2 стаканами воды до мягкости, затем протереть сквозь сито или решето. В полученное пюре добавить 3 стакана горячей воды, сахар и яблоки, очищенные и нарезанные дольками или соломкой, и поставить в кастрюле на огонь; как только суп закипит, влить разведенную картофельную муку и при непрерывном помешивании довести снова до кипения. Для вкуса добавить немного лимонной кислоты. Суп подать охлажденным. К супу можно предложить сметану. Свежие абрикосы можно заменить курагой.

На 500 г свежих абрикосов и 500 г яблок — 3 ст. ложки сахара, 2 чайные ложки муки картофельной.

## Суп-пюре из свежих ягод

Свежие ягоды (клубнику, землянику, малину) перебрать, промыть, откинуть на сито и протереть. В кипящую воду (2 стакана) положить сахар, размешать и процедить. Сироп охладить и смешать с ягодным пюре. К готовому холодному супу подать сметану и ванильные сухари.

На 500 г ягод — 1/2 стакана сахара, 150 г сухарей

ванильных, 1/2 стакана сметаны.

## Суп-пюре из абрикосов или персиков

Спелые абрикосы или персики обмыть и, залив 6 стаканами воды, сварить, после чего протереть вместе с отваром. Вместо свежих фруктов можно брать готовое консервированное абрикосовое или персиковое пюре.

В подготовленное пюре добавить сахар, нагреть до кипения и влить картофельную муку, предварительно разведенную в 1/2 стакана холодной воды, дать закипеть, снять с огня и охладить. В охлажденное фруктовое пюре положить отварной рис, сметану или сливки.

На 400 г абрикосов или персиков — 1/2 стакана сахара, 1 ст. ложку муки картофельной, 1/2 стакана риса, 4 ст. ложки сметаны.

## Суп из сушеных фруктов

Сушеные фрукты перебрать, промыть, выделить яблоки и груши, залить их холодной водой и сварить до готовности. Затем добавить сахар, остальные фрукты, корицу и варить при слабом кипении 10—15 минут. После этого влить разведенную водой картофельную муку и довести до кипения. В суп можно положить отваренные рис, саго или макаронные изделия.

На 200 г фруктов сушеных — 50 г муки картофельной.

Для гарнира — 100 г риса, саго или макаронных изделий, 1/2 стакана сахара.

## Суп из сушеных фруктов с макаронами

Смесь из сушеных фруктов промыть, положить в кастрюлю и залить 3 л холодной воды на 2—3 часа. Затем положить в кастрюлю сахар, корицу, гвоздику, накрыть крышкой и варить фрукты на сильном огне 10 минут, после этого поставить их на горячее место плиты. Когда фрукты станут мягкими, снять и охладить. Одновременно макароны сварить в подсоленной воде до мягкости; промыв макароны кипяченой водой, положить их в супник, добавить сметану, размешать и залить фруктовым отваром.

На 200 г фруктов сушеных — 100 г макарон, 1/2 стакана сахара, 1/2 стакана сметаны, корица, гвоздика.

## Суп фруктовый с мучным или крупяным гарниром

Приготовить суп из фруктов или свежих ягод, как указано выше. Отдельно приготовить один из следующих гарниров для супа.

1. Вермишель, рис, отваренные в воде, откинуть на дуршлаг и переложить в суп, когда его снимают с огня.

2. Вареники небольших размеров (клецки манные или мучные), сваренные в воде, переложить в суп, когда он готов.

Суп подают охлажденным. Отдельно можно подать сметану.

## Суп-пюре из яблок

Яблоки, лучше всего антоновские, промыть, нарезать на части, удалить семена, положить в кастрюлю, добавить нарезанный белый хлеб без корок, можно положить срезанную с лимона цедру или несколько кусочков корицы. После этого залить все 4 стаканами горячей воды, накрыть крышкой и варить, пока яблоки не разварятся. Затем снять кастрюлю с огня, вынуть цедру или кусочки корицы, а все остальное протереть сквозь сито. Полученное пюре положить в кастрюлю, добавить сахар, развести горячей водой до нормальной густоты супа-пюре и прокипятить.

При подаче на стол положить в тарелки по столовой ложке отваренного отдельно риса. К супу можно подать сметану.

На 500 г яблок — 200 г булки, стакана сахара, 2 ст. ложки риса, лимонную цедру или корицу.

## Суп из смородины или клюквы с манной кашей

Ягоды перебрать, очистить от веточек, размять деревянной ложкой, развести 4—5 стаканами воды, положить сахар, вскипятить, процедить и охладить.

Манную кашу, приготовленную на молоке, выложить на смоченную водой тарелку и охладить, после чего нарезать ее кусочками правильной формы (квадратики, ромбики), разложить по тарелкам и залить приготовленным ягодным отваром.

На 300 г смородины или 200 г клюквы — 2 ст. ложки крупы манной, 1 стакан молока, 1/2 стакана сахара.

## ХОЛОДНЫЕ СУПЫ НА ХЛЕБНОМ КВАСЕ И СВЕКОЛЬНОМ ОТВАРЕ

На хлебном квасе и свекольном отваре готовят окрошку, ботвинью, борщ, холодец.

Продукты, входящие в их состав, должны быть охлаждены и иметь температуру не выше 10—12 °С. Кроме того, рекомендуется в некоторые супы — окрошку, ботвинью — при подаче на стол класть кусочки чистого пищевого льда, выработанного из питьевой воды.

Холодные супы — окрошка, ботвинья, борщ, так же как и фруктово-ягодные супы, — особенно рекомендуют в весенне-летнее время. Они вкусны, питательны, действуют освежающе и возбуждают аппетит.

### Окрошка овощная

Вареные и охлажденные свеклу, морковь, а также свежие огурцы нарезать мелкими кубиками. Вареный картофель натереть на терке. Зеленый лук мелко нарезать и размять ложкой, добавив немного соли, чтобы он сделался мягким и дал сок. Сваренные вкрутую яйца очистить, отделить белки от желтков, белки нарубить мелкими кусочками, а желтки растереть с горчицей. Растертый зеленый лук соединить с картофелем, желтками, сметаной, сахаром, солью, все это перемешать, развести квасом, положить нарезанные свеклу и морковь. При подаче на стол положить в окрошку нарезанную зелень укропа. Морковь и свеклу можно заменить другими вареными овощами, например, репой, цветной капустой.

На 1 л кваса хлебного — 1—2 картофелины, 1 свеклу, 1 морковь, 1—2 огурца свежих, 50—75 г лука зеленого, 2 яйца, 2 ст. ложки сметаны, 1 чайную ложку сахара.

### Окрошка сборная мясная

Вареную говядину, ветчину, язык, а также очищенные свежие огурцы нарезать маленькими кубиками. Мелко нарезать зеленый лук и в тарелке размять ложкой, добавив немного соли, лук от этого станет мягким. Белки сваренных вкрутую яиц нарубить, а желтки растереть в кастрюле, добавить к ним сметану, немного горчицы, сахар, соль, тщательно перемешать и развести квасом.

После этого в кастрюлю положить подготовленные продукты. При подаче на стол окрошку посыпать мелко нарезанным укропом.

На 1 л кваса хлебного — 250 г готовых мясных продуктов, 2 огурца свежих, 75 г лука зеленого, 2 яйца, 1/2 стакана сметаны и 1 чайную ложку сахара.

## Ботвинья с рыбой

Шпинат и щавель перебрать и хорошо промыть. Шпинат сварить, а щавель отдельно стушить в закрытой кастрюле. После этого шпинат и щавель протереть сквозь сито. Подготовленное пюре положить в кастрюлю, добавить сахар, соль, немного горчицы и развести все это хлебным квасом, затем добавить нарезанные кубиками свежие огурцы, нашинкованный зеленый лук и укроп. Подавая на стол, в тарелку положить натертый хрен и кусочки вареной рыбы. Ее можно также подать на отдельном блюде. Кроме вареной рыбы, к ботвинье можно подать балык белорыбий, бок белужий, тешу белорыбью и др. Вместо шпината можно использовать молодую крапиву.

На 1 л кваса — по 250 г шпината и щавеля, 1 чайную ложку сахара, 2 огурца свежих, 75 г лука зеленого, 50 г хрена и 250 г рыбы вареной (осетрины, судака и др.).

## Борщ холодный

Свеклу очистить, нарезать маленькими кубиками, положить в кастрюлю, залить водой (из расчета 2 стакана на порцию), добавить чайную ложку уксуса и поставить варить на 20—30 минут. Готовый свекольный отвар процедить и охладить. Свеклу положить в кастрюлю, добавить вареный картофель и огурцы, нарезанные маленькими кубиками, рубленое яйцо и мелко нарезанный зеленый лук, соль, сахар и горчицу. Все это залить свекольным отваром, добавить сметану и размешать. Подавая на стол, борщ посыпать зеленью петрушки или укропом.

На 500 г свеклы — 200 г картофеля, 2 огурца свежих, 75 г лука зеленого, 2 яйца, 2 ст. ложки сметаны. 1 чайную ложку сахара, уксус.

## Суп холодный из томатного сока

Зрелые помидоры промыть, разрезать, слегка посолить и дать

немного постоять, затем через марлю отжать сок. Такое же количество свеклы натереть и также отжать сок. Кожицу помидоров и свекольные отжимы залить 2 литрами воды и варить 10—15 минут, затем процедить, охладить и слить в одну посуду вместе с заготовленным соком помидоров и свеклы. Нарезать тонкими кружками вареный картофель, свежие очищенные огурцы, отваренную брюкву, крутые яйца, нашинковать эстрагон и зеленый лук, сладкий перец очистить от зерен, испечь, охладить, нашинковать; все это перемешать со сметаной и разбавить приготовленным овощным отваром.

На 300—400 г помидоров — 300—400 г свеклы, 200 г картофеля, 400 г огурцов, 200 г брюквы, 3 яйца, 4 стручка перца сладкого, эстрагон, лук зеленый, 1/2 стакана сметаны.

## Суп из щавеля и свекольной ботвы

1 кг свекольной ботвы промыть, сложить в кастрюлю, залить 2 л горячей воды и варить 10—15 минут, затем добавить промытый щавель (200 г) и варить еще 10 минут. После этого вынуть шумовкой зелень, пропустить ее через мясорубку и смешать с процеженным и остуженным отваром. Нарезать огурцы, лук, укроп, редис, крутые яйца и сложить все это в супник, затем добавить сметану, горчицу, залить остуженным отваром с зеленью и размешать.

## Суп-холодец

Молодую свеклу вместе с ботвой промыть, свеклу очистить, положить в кастрюлю, залить водой (2 стакана на порцию) и поставить варить на 20—30 минут. За 10 минут до окончания варки в кастрюлю положить листики свеклы. Сваренную свеклу с листьями откинуть на дуршлаг или сито, дать стечь отвару, мелко изрубить и положить в суповую кастрюлю; туда же добавить мелко нарезанные свежие огурцы, вареные яйца, зеленый лук, сметану, сахар, залить квасом и охлажденным свекольным отваром.

Подавая на стол, посыпать зеленью петрушки или укропом.

На 1 л кваса хлебного — 500 г свеклы молодой с ботвой, 2 огурца свежих, 75 г лука зеленого, 2 яйца, 2 ст. ложки сметаны, 1 чайную ложку сахара.

# РЫБА

По своей питательности рыба почти не отличается от мяса. Входящие в ее состав белки и жиры хорошо усваиваются человеческим организмом.

В продажу для кулинарной обработки поступает рыба живая, парная, мороженая, соленая, а также рыбные полуфабрикаты.

Живая рыба должна быть упитанной, подвижной, чешуя ее — неповрежденной и без пятен.

Доброкачественная парная рыба имеет гладкую, блестящую чешую, плотно прилегающую к телу, прозрачные и выпуклые глаза, ярко-красные жабры и невздутое брюшко.

Рыба, замороженная в живом состоянии естественным холодом, если ее правильно разморозить, по качеству почти не отличается от свежей. В мороженом виде поступает в продажу готовое филе, использование которого значительно облегчает и ускоряет приготовление рыбных блюд; филе не требует никакой предварительной обработки, кроме оттаивания.

**Подготовка рыбы для варки или жарения**. *Оттаивание мороженой рыбы.* Мороженую рыбу и рыбное филе предварительно оттаивают. Их кладут на некоторое время в холодную воду, чтобы рыба быстрее оттаивала и не высыхала. Не рекомендуется пользоваться теплой водой: рыба становится дряблой и невкусной. После оттаивания рыбу и рыбное филе споласкивают чистой водой.

*Вымачивание соленой рыбы.* Соленую рыбу (судака, сазана, леща и др) вымачивают в холодной воде. Воды налить столько, чтобы она покрыла рыбу, и оставить на 30—40 минут. Затем рыбу очистить от чешуи, нарезать на куски, промыть и вновь погрузить в чистую холодную воду для вымачивания уже на более длительный срок — от 4 до 6 часов, в зависимости от степени засола рыбы. Через каждые час-два воду надо менять.

*Разделка рыбы.* Разделывают рыбу по-разному, в зависимости от породы, а также от того, какие блюда нужно из нее приготовить. Живую рыбу, прежде чем начать чистить, надо заколоть; острым концом маленького ножа делают глубокий разрез горла между головными плавниками и дают стечь крови.

*Разделка судака, туки, карпа, леща и других рыб с чешуей*. У судака и окуня прежде всего вырезать спинной плавник. С обеих сторон плавника во всю длину острым ножом делают неглубокие надрезы. Прихватив плавник полотенцем, чтобы не уколоться, выдергивают плавник по направлению от хвоста к голове. Ножом или теркой очищают рыбу от чешуи. Затем приступают к

потрошению. Сделав продольный разрез на брюшке от головы до подхвостового плавника, осторожно вынимают печень с желчным пузырем. Если желчный пузырь будет поврежден, то части рыбы, на которые попала разлившаяся желчь, следует вырезать или немедленно натереть солью. Остальные внутренности и жабры также вынимают, а пленку, покрывающую позвоночную кость, разрезают вдоль. После потрошения рыбу тщательно промывают в холодной, несколько раз сменяемой воде и счищают кровь с позвоночной кости.

Промытую рыбу разрезают на куски, начиная с головы. Сначала надо разрезать мясо сверху, до кости, потом легким ударом ножа разрубить позвоночную кость и разрезать мясо нижней части рыбы.

Рыбу весом 1,5 кг и больше сначала надо разрезать на две половины. Вдоль спинки от головы до хвоста по позвоночной кости подрезают мясо до самых ребер, затем отделяют филе. Каждую половину рыбы следует разрезать на куски поперек; при этом одни куски получатся с костью, другие без кости.

Если рыбное филе надо приготовить под соусом или рыбная мякоть нужна для котлет, то с филе срезают реберные косточки.

Для приготовления рубленых рыбных изделий (котлет, рулетов и пр.) рыбу разделывают несколько иначе. Ее потрошат, не очищая от чешуи, затем срезают оба филе, с которых снимают кожу вместе с чешуей; кожа, покрытая чешуей, легче снимается с филе.

Голову, хвост, плавники и кости при разделке рыбы используют для варки бульона. Их необходимо хорошо промыть, а из голов удалить жабры.

*Разделка сома*. Сома разделывают так же, как и рыбу, покрытую чешуей; в тех случаях, когда он идет на рубленые блюда, с него снимают кожу.

*Разделка наваги*. Вдоль спинки надрезать кожу, отрезать нижнюю челюсть и, взяв щепотку соли (чтобы не скользила рука), снять с обеих сторон кожу, начиная с верхней челюсти и до хвоста, затем удалить плавники, вынуть внутренности, не разрезая брюшка. Икру оставить внутри. После потрошения обмыть навагу в холодной воде.

*Разделка камбалы*. Отрезать голову и удалить внутренности, после чего снять темную кожу (с глазной стороны рыбы), рыбу промыть и разрезать вдоль на две равные половинки по нижней белой стороне от хвоста до головы. Затем отрубить спинные плавники. Каждую половинку рыбы промыть и разрезать вдоль на две части и каждую часть поперек на порционные куски.

*Разделка налима, угря*. Кожу надрезать вокруг головы и снять

со всей рыбы целиком (как перчатку с руки), затем разрезать брюшко, вынуть внутренности, отрезать голову. Промыть рыбу в холодной воде.

*Разделка линя*. Рыбу положить на 15—30 секунд в горячую воду, чтобы сошла слизь и легче снималась чешуя. Из горячей воды рыбу переложить в холодную, тщательно соскоблить тупой стороной ножа чешую, выпотрошить и промыть.

*Чистка белуги, севрюги, осетра*. Кусок рыбы, оттаявшей в холодной воде, положить на стол, выдернуть иглой или вилкой вязигу и счистить с позвоночника кровь. Обмыть холодной водой и ошпарить, погрузив на 2 минуты в горячую воду. Затем тщательно счистить ножом костные чешуйки с кожи. Если они плохо отстают от кожи, рыбу нужно еще раз ошпарить. Очищенную рыбу снова обмыть в холодной воде.

*Разделка стерляди*. Со спинки стерляди срезать ножом крупную чешую (жучки), счистить ножом костные чешуйки с боков и брюшка (чистить по направлению от хвоста к голове). Затем разрезать брюшко, удалить внутренности и жабры и вынуть вязигу. Рыбу тщательно промыть и протереть полотенцем.

## ОТВАРНАЯ РЫБА

Наиболее простой способ приготовления рыбы — отваривание. В отварном виде можно приготовить любую рыбу, однако такую, как карась, навага, корюшка, целесообразно только жарить. Чем меньше воды берется для варки, тем вкуснее получается рыба. Поэтому следует наливать в посуду такое количество воды, чтобы она лишь покрывала рыбу во время варки.

Для отваривания свежей рыбы на каждый литр воды положить 1 чайную ложку соли. Чтобы рыба получилась более вкусной, в воду для варки прибавить по половине моркови, петрушки, 1 луковицу, 1—2 лавровых листика и немного перца.

Коренья и лук для этого предварительно очистить и нарезать небольшими кусочками.

При отваривании трески, камбалы, сома и щуки, чтобы отбить специфический запах этих рыб, рекомендуется, кроме кореньев и лука, прибавить еще на каждый литр воды 1/2 стакана огуречного рассола.

Рыбу можно сварить одним большим куском или же нарезанной на небольшие куски весом, примерно, по 75—100 г. Осетрину, белугу и севрюгу лучше варить крупным куском и разрезать на порции перед подачей на стол. Рыба, сваренная крупным куском, более вкусна и сочна.

Крупные куски рыбы, весом от 0,5 кг и выше, следует класть для варки в холодную воду, а мелкие куски — в кипящую.

От начала закипания воды до конца варки рыбы надо поддерживать слабое, но беспрерывное кипение. Всякая рыба должна быть хорошо проварена. Осетрину, севрюгу и белугу небольшими кусками варить в течение 20—30 минут, а куски более 0,5 кг — 1 час 30 минут, считая с момента закипания воды после закладки в нее рыбы. Частиковая рыба варится несколько быстрее осетровой. Судак, карп и щука весом 1—1,5 кг варятся 50—60 минут, а кусками по 100—150 г — 15—20 минут.

Готовность рыбы можно определить, прокалывая ее тонкой деревянной шпилькой: если рыба готова, шпилька легко входит в мякоть.

Из полученного при варке рыбы отвара 1,5—2 стакана употребляют на приготовление соуса к рыбе — белого или томатного, а на остальном отваре можно сварить суп.

Соленую рыбу после вымачивания надо залить свежей холодной водой и варить, не добавляя соли, до готовности.

Отварная рыба подается горячей или холодной; горячая — с отварным картофелем, а холодная — с винегретом, картофельным или капустным салатом, маринованной свеклой, огурцами или с зеленым салатом.

Припущенной называется рыба, сваренная в очень небольшом количестве воды или бульона с добавлением ароматических овощей, грибов, огуречного рассола и виноградного вина; припускают рыбу в закрытой посуде на плите.

К холодной и горячей рыбе можно подать хрен с уксусом или соус.

## Рыба отварная с картофелем

Подготовленную рыбу (судака, щуку, сома, линя и др.) нарезать на куски и сварить. Отдельно сварить очищенный цельный картофель. К моменту подачи на стол вынуть рыбу шумовкой из отвара на блюдо, обложить картофелем и украсить блюдо зеленью петрушки. Отдельно в соуснике подать соус яично-масляный или хрен с уксусом. Можно подать вместо соуса масло, размягченное до состояния густой сметаны с рубленой зеленью петрушки.

На 500 г рыбы — 800 г картофеля.

## Судак отварной с овощным гарниром

Очистить судака и нарезать на куски. Очищенные, промытые морковь, свеклу, лук нарезать тонкими кружками, а картофель крупными дольками (на половинки и четвертинки). Уложить на дно кастрюли свеклу, морковь, лук, а потом картофель, прибавить 1,5 стакана воды и соль. Куски рыбы посолить и уложить поверх овощей. Добавить перец и лавровый лист.

Варить под крышкой на слабом огне в течение часа, не перемешивая, а встряхивая кастрюлю каждые 10 минут, чтобы овощи не пригорели. Когда рыба и овощи будут почти готовы, влить в кастрюлю молоко, положить масло и варить еще 15—20 минут. Сняв с огня, поставить кастрюлю наклонно, ложкой осторожно зачерпнуть снизу сок, полить им рыбу и оставить под крышкой до подачи.

На 1 кг рыбы — по 1 моркови, свекле и луковице, 800 г картофеля, 1 ст. ложку масла, 1/2 стакана молока.

## Треска отварная

Рыбу, разделанную на филе с кожей и реберными костями или вместе с хребтовой костью, нарезать по одному куску на порцию; некрупные экземпляры рыбы, не пластуя, нарезать на куски (кругляши). В посуду с кипящим пряным отваром положить в один ряд куски рыбы кожей вверх и варить их 12—15 минут.

Перед подачей вареную рыбу вынуть шумовкой из отвара, положить кожей вверх на блюдо или тарелку, рядом с рыбой уложить отварной картофель. Рыбу полить томатным, польским или соусом каперсы, можно подать его отдельно. Вместо соуса рыбу можно полить сливочным маслом.

Так же готовят судака, щуку, сома, налима.

Для приготовления пряного отвара в воду (1 л) кладут соль (15 г), душистый и горький перец горошком (по 0,1 г), лавровый лист (1 шт.), морковь (15 г), лук (15 г), петрушку или сельдерей (10 г), немного тимьяна или чабера.

Рыбу, имеющую сильный специфический вкус и запах, особенно морскую (треска, камбала, палтус, ставрида) или речную (сом, карп, линь), варят следующим образом: в пряный отвар добавляют огуречный рассол от 0,2 до 1 л на 1 л воды либо кожицу от соленых огурцов. Это ослабляет специфический вкус и запах рыбы.

На 1 порцию — 120 г рыбы, 10 г овощей и специй для пряного отвара, 150 г гарнира, 50 г соуса или 10 г масла сливочного.

## Треска, отваренная в рассоле

В посуду с кипящим пряным отваром добавить огуречный рассол, нагреть его до кипения, положить в один ряд куски рыбы кожей вверх и варить их 12—15 минут. Подать, как треску отварную.

Так же готовят камбалу, щуку, сома, налима.

На 1 порцию — 120 г рыбы, 10 г овощей и специй для пряного отвара, 50 г огуречного рассола, 150 г гарнира, 50 г соуса.

## Треска в томатном соусе с овощами

Порционные куски рыбы, нарезанные от филе, припустить с добавлением репчатого лука, моркови и петрушки. Отвар использовать для приготовления соуса. На гарнир отварить картофель. Перед подачей положить на рыбу шампиньоны или белые грибы и кусочки крабов. Полить томатным соусом с овощами и посыпать зеленью петрушки.

Так же готовят судака, щуку, сома, налима и осетровую рыбу

На 1 порцию — 150 г рыбы, 5 г лука, 5 г петрушки, 5 г моркови, 30 г грибов, 10 г крабов, 150 г гарнира, 75 г соуса, зелень.

## Треска фаршированная

Филе рыбы без кожи и костей нарезать лентами шириной 3—4 см и длиной 20—25 см. Каждую ленту смазать сырой рыбной кнельной массой или выпустить ее из бумажной трубочки. Ленту свернуть в рулон. Подготовленную рыбу положить в сотейник, закрыть промасленной бумагой, налить немного бульона и припустить в жарочном шкафу. Перед подачей на рыбу уложить грибы, раковые шейки, а сбоку рыбы — отварной картофель. Полить белым соусом или соусом каперсы.

Так же можно приготовить судака.

Для приготовления кнельной массы рыбное филе без кожи, нарезанное на куски, и размоченный в молоке пшеничный черствый хлеб (с предварительно обрезанными корками) пропускают 3—4 раза через мясорубку. Измельченную массу смешивают с сырыми яичными белками и хорошо взбивают, понемногу подливая молоко или сливки. Чем больше взбивают массу, тем она становится пышнее. Соль кладут в конце

взбивания.

Для кнельной массы на 1 кг рыбного филе — 100 г хлеба, 500 г молока или сливок, 20 г соли, 110 г белков яичных.

На 1 порцию — 90 г рыбы, 80 г кнельной массы, 30 г грибов, 2 раковых шейки, 150 г гарнира, 75 г соуса.

## Камбала, палтус отварные с соусом

Сварить в пряном отваре порционные куски рыбы. На гарнир приготовить отварной картофель.

Подать рыбу с соусом польским, яично-масляным (голландским), томатным, с каперсами или холодным соусом хрен с уксусом.

На 1 порцию — 125 г рыбы, 10 г овощей и специй для пряного отвара, 150 г гарнира, 50 г соуса.

## Камбала, палтус, отваренные с огуречным рассолом

В пряном отваре с процеженным огуречным рассолом сварить рыбу.

Готовую рыбу подать с отварным картофелем, полить соусом польским, томатным, с каперсами, горчичным. Соус можно подать отдельно в соуснике; вместо соуса к рыбе иногда подают сливочное масло, которое смешивают с протертыми анчоусами. Масло можно смешать также с измельченной зеленью петрушки либо укропом.

Так же можно приготовить треску, сома, сазана.

На 1 порцию — 125 г рыбы, 10 г овощей и специй для пряного отвара, 50 г огуречного рассола, 100—150 г гарнира, 50 г соуса.

## Филе камбалы, палтуса в белом соусе

Подготовленные куски филе поместить в смазанный маслом сотейник и припустить с добавлением бульона, белого вина, лука и петрушки. При подаче на рыбу положить вареные грибы, крабы, устрицы, сбоку рыбы уложить отварной картофель. В бульон, оставшийся после припускания, добавить белый соус, прокипятить все это, довести до нужной консистенции и вкуса,

процедить и полить рыбу.

На 1 порцию — 150 г рыбы, 5 г лука, 5 г петрушки, 10 г вина белого, 30 г грибов, 10 г крабов, 1 устрицу, 80 г соуса белого, 100 г гарнира.

## Камбала, палтус в томатном соусе с овощами

Нарезать филе рыбы на порционные куски и припустить их с добавлением лука и петрушки. При подаче на рыбу положить вареные грибы и кусочки крабов. Гарнир — отварной картофель. Полить соусом томатным с овощами, посыпать зеленью.

На 1 порцию — 150 г рыбы, 5 г лука, 5 г петрушки, 30 г грибов, 10 г крабов, 150 г гарнира, 100 г соуса, перец, зелень.

## Камбала, палтус в соусе с эстрагоном

Припустить рыбу в бульоне с добавлением лука, петрушки и белого вина. На готовую рыбу положить вареные грибы и крабы, а сбоку рыбы — отварной картофель. Бульон, оставшийся после припускания, выпарить наполовину, добавить в него белый соус, дать прокипеть, процедить, вновь довести до кипения, добавить мелко нарубленный эстрагон, заправить сливочным маслом и лимонным соком, довести до желаемого вкуса и при подаче полить рыбу.

На 1 порцию — 150 г рыбы, 5 г лука, 5 г петрушки, 10 г вина белого, 30 г грибов, 10 г крабов, 80 г соуса, 15 г масла сливочного, 10 г эстрагона, 1 г лимонного сока, 150 г гарнира, перец.

## Камбала, палтус с яблоками и луком-пореем

Нарезать ломтиками очищенные антоновские яблоки и белую часть лука-порея. Положить яблоки и лук в смазанный маслом сотейник, а на них порционные куски рыбы, посыпать солью и перцем. Залить все это небольшим количеством бульона, добавить белое вино и припускать, время от времени поливая рыбу отваром. Готовую рыбу переложить на блюдо. Выпарить отвар на половину объема, заправить сметаной или сливочным маслом, довести до желаемого вкуса и залить рыбу.

На 1 порцию — 150 г рыбы, 100 г яблок, 20 г лука-порея, 10 г вина белого у 50 г сметаны или 20 г масла сливочного, перец.

## Окунь морской горячего копчения с картофелем

Копченую рыбу в целом виде или нарезанную на порции залить небольшим количеством бульона и прогреть в посуде, закрытой крышкой, не допуская сильного кипения.

Готовую рыбу полить маслом и подать с отварным картофелем.

На 1 порцию — 150 г рыбы, 150 г гарнира, 10 г масла сливочного.

## Окунь морской в томатном соусе

Припустить порционные куски, нарезанные от филе рыбы. Готовую рыбу положить на блюдо или тарелку, сбоку рыбы уложить отварной картофель, а поверх рыбы — вареные грибы, кусочки крабов. Полить томатным соусом. Можно положить на рыбу ломтик лимона и посыпать зеленью петрушки.

Так же можно приготовить треску, налима, судака, щуку, сома.

На 1 порцию — 150 г рыбы, по 10 г моркови, лука, петрушки, 1 рака или 10 г крабов, 30 г грибов, 150 г гарнира, 75 г соуса, 1/10 лимона, зелень.

## Котлеты фаршированные из морского окуня

Морского окуня разделать на филе без кожи и реберных костей, нарезать на продолговатые кусочки (по 2 на порцию) и слегка отбить тяпкой. На середину каждого кусочка рыбы положить фарш, завернуть кусочки рыбы, придав им форму котлет.

Для приготовления фарша мелко изрубленные свежие шампиньоны или грибы белые слегка обжарить на жире вместе с изрубленными обрезками рыбы, зеленью петрушки, рубленым луком, затем посыпать солью и перцем.

Разделанные котлеты положить завернутой стороной вниз в сотейник, смазанный жиром, налить бульон и припустить в закрытой посуде на слабом огне.

При подаче полить соусом «Белое вино» или томатным соусом с грибами. На гарнир подать отварной картофель.

Так же можно приготовить лососевые породы рыб, камбалу.

На 1 порцию — 125 г рыбы, 30 г шампиньонов или грибов белых свежих, 30 г лука, 10 г масла растительного, 150 г гарнира, 100 г соуса, перец, зелень.

## Фрикадельки из салаки с овощами

Разделанную на филе без костей салаку пропустить дважды через мясорубку вместе с намоченным в воде белым хлебом. В рыбную массу добавить яйцо, муку, соль, молотый перец, тщательно перемешать и сформировать из нее круглые (размером с грецкий орех) шарики — фрикадельки.

В сотейник положить ровным слоем нарезанные тонкими ломтиками морковь, лук, петрушку, а на них — фрикадельки, все залить горячим рыбным бульоном или водой, посолить и варить при слабом кипении 1—1,5 часа.

Подать фрикадельки вместе с бульоном и овощами, посыпать укропом. Гарнир — отварной картофель, зеленый горошек или тушеная свекла.

На 1 порцию — 80 г салаки (филе), 15 г хлеба, 5 г муки пшеничной, 15 г моркови, 30 г лука репчатого, 10 г петрушки, 100 г бульона, 100—150 г гарнира, укроп.

## Пудинг из салаки паровой

Салаку, разделанную на филе без костей, пропустить через мясорубку вместе с размоченным в молоке белым хлебом. После этого добавить в измельченную рыбную массу яичный желток, соль, молотый перец, сметану и все очень хорошо перемешать. Затем в эту массу ввести взбитый в пену яичный белок. Положить массу в форму, смазанную сливочным маслом, поставить форму в посуду с водой, накрыть крышкой и варить при кипении воды в течение 35—40 минут.

Готовый пудинг выложить из формы на блюдо, разрезать на порции и подать, полив его сливочным маслом или томатным соусом. Соус томатный к пудингу можно подать отдельно.

На 1 порцию — 100 г салаки (филе), 15 г хлеба пшеничного, 1 яйцо, 15 г молока, 15 г сметаны, 10 г масла сливочного или 75 г соуса, перец.

## Салака копченая в сметане

У копченой салаки снять кожу, удалить голову и внутренности, промыть. В кипящую сметану добавить натертый на терке репчатый лук, молотый душистый перец и снова нагреть ее до кипения. Затем в сметану положить подготовленную салаку, проварить при слабом кипении в течении 8—10 минут.

Подать с картофельным пюре.

На 1 порцию — 80 г салаки копченой, 50 г сметаны, 25 г лука репчатого, 0 ,05 г перца душистого, 150 г гарнира.

## Сельдь в томате с огурцами

Порционные куски филе свежей сельди с кожей без костей уложить одним слоем в смазанный маслом сотейник, добавить соленые огурцы, нарезанные тонкими ломтиками, томат-пюре или свежие помидоры без кожи и семян, нарезанные мелкими кусочками. Все это залить рыбным бульоном на половину высоты кусков рыбы и, закрыв посуду крышкой, припускать при слабом кипении в течение 25—30 минут.

Готовую рыбу переложить в другую посуду или же аккуратно слить из посуды с рыбой бульон и приготовить на нем соус. Для этого бульон нагреть до кипения, положить в него небольшими кусочками смесь муки со сливочным маслом и, помешивая, проварить до загустения. Этот соус заправить по вкусу солью, перцем, сливочным маслом и процедить в посуду с рыбой.01

Рыбу, залитую соусом, нужно прогреть до кипения.

При подаче положить кусок рыбы на блюдо или тарелку вместе с огурцами, полить соусом и посыпать зеленью петрушки. Гарнир — картофель отварной — положить рядом с рыбой.

На 1 порцию — 125 г рыбы, 30 г огурцов соленых, 15 г томата-пюре или 75 г помидоров свежих, 100 г бульона, 5 г муки пшеничной, 10 г масла сливочного, 150 г гарнира.

# ПАРОВАЯ РЫБА

Рыбу на пару варят в небольшом количестве воды. Готовить на пару рекомендуется филе судака, сома, щуки, налима, лосося, а также подготовленные куски осетрины, севрюги, белуги, стерляди. Вместо воды для варки на пару целесообразно брать

бульон, сваренный из костей и зачисток рыбы. Его готовят из головы (без жабер), хвоста, плавников. Кости надо хорошо промыть и варить в воде 40—50 минут, добавив лук и петрушку. Готовый бульон процедить сквозь сито.

Из бульона, полученного при варке рыбы на пару, готовят соус, с которым рыбу подают на стол.

Подготовленные куски рыбы уложить в один ряд в неглубокую кастрюлю или на решетку рыбного котла, посолить, посыпать перцем и залить бульоном в таком количестве, чтобы рыба была погружена в него на 2/з толщины куска. Варить рыбу при закрытой крышке кастрюли.

Рыба, сваренная на пару, вкуснее обычной отварной рыбы, так как в ней сохраняется значительно больше вкусовых веществ.

## Осетрина паровая

Очищенную, ошпаренную, промытую и нарезанную рыбу положить в неглубокую кастрюлю. Между кусками рыбы положить очищенные, вымытые и нарезанные ломтиками грибы (белые, шампиньоны).

Рыбу посолить, посыпать перцем, добавить белое вино, стакан бульона (или воды) и, накрыв кастрюлю, варить 15—20 минут.

Когда рыба сварится, бульон слить в другую кастрюлю, поставить на огонь и кипятить до тех пор, пока его не останется около стакана. Добавить к нему неполную столовую ложку муки, смешанную с таким же количеством масла, и, помешивая, кипятить еще 3—4 минуты. Полученный соус снять с огня, положить в него кусочек сливочного масла и снова размешать, чтобы масло соединилось с соусом, добавить соль и процедить.

Если рыба будет вариться без вина, то в готовый соус добавить чайную ложку лимонного сока или разведенной лимонной кислоты.

При подаче на стол куски рыбы переложить на подогретое блюдо, сверху на каждый кусок положить грибы и полить приготовленным соусом. К рыбе можно подать отварной картофель, огурцы или салат, а также ломтики очищенного лимона.

На 500 г рыбы — 200 г грибов свежих, 3 ст. ложки вина белого столового, 1 ст. ложку муки, 2 ст. ложки масла.

## Севрюга в томате с грибами

Подготовленную рыбу нарезать на куски, ошпарить кипятком и обмыть холодной водой. Очистить, промыть и нарезать шампиньоны (или белые грибы). Разместить все в кастрюле. Посолить, посыпать перцем, полить вином, влить стакан бульона (или воды), смешанного с томатом-пюре, накрыть кастрюлю крышкой и варить рыбу 15—25 минут. Когда рыба сварится, бульон слить в другую кастрюлю и приготовить соус, как для паровой осетрины.

Подавать рыбу с отварным картофелем и малосольными огурцами.

На 500 г рыбы — 200 г шампиньонов свежих (или белых грибов), 3 ст. ложки вина белого, 3 ст. ложки томата-пюре, 1 чайную ложку муки, 2 ст. ложки масла.

## Судак в белом вине

Филе судака, нарезанное на куски, и ломтики грибов (белых или шампиньонов) уложить в неглубокую кастрюлю, посолить, посыпать перцем, влить белого вина и 3/4 стакана бульона (или воды). Варить рыбу 15—25 минут.

Срезав с булки корку, разрезать мякиш булки наискось крупными и мелкими ломтиками. Крупных ломтиков нужно нарезать по одному на каждый кусок рыбы, а мелких — по два и поджарить их на масле. Когда рыба сварится, слить бульон в другую кастрюлю и приготовить соус, как для паровой осетрины. Сняв с огня, соус посолить, прибавить к нему желток яйца, растертого в стакане со столовой ложкой масла, и хорошо перемешать ложкой.

При подаче на стол положить на подогретое блюдо поджаренные ломтики белого хлеба и на каждый из них — кусок рыбы, на который уложить грибы. Залить рыбу процеженным сквозь сито соусом. Вокруг рыбы разложить поджаренные маленькие ломтики хлеба. Отдельно можно подать спаржу, стручки горошка или фасоли и зеленый горошек.

На 750 г рыбы (или 500 г филе) — 1/2 стакана вина столового, 200 г грибов свежих, 1 ст. ложку муки пшеничной, 1 яйцо, 200 г хлеба, 4 ст. ложки масла.

## Треска с картофелем и луком

Очищенный, промытый и нарезанный тонкими ломтиками лук слегка поджарить в масле на сковороде. На эту же сковороду

положить подготовленные и посоленные куски рыбы, покрыть ломтиками помидоров, подлить 3—4 ст. ложки воды, посыпать помидоры солью и перцем и уложить вокруг рыбы кружочки жареного картофеля. Сверху полить маслом, накрыть сковороду крышкой и поставить в духовой шкаф на 20—30 минут. При подаче на стол посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и полить соусом.

Таким же способом готовят камбалу, щуку, усача, угря.

На 750 г рыбы — 2 луковицы, 800 г картофеля, 300 г помидоров, 1 ст. ложку уксуса, 4 ст. ложки масла.

## Камбала в красном вине

На дно кастрюли положить очищенные, промытые и нарезанные петрушку и лук, прибавить 4 шт. гвоздики, немного перца и лавровый лист. Поверх кореньев поместить подготовленную и нарезанную на куски рыбу, посолить, залить красным столовым вином и стаканом бульона (или воды). Накрыть кастрюлю крышкой и варить 15—20 минут. Когда рыба будет готова, бульон слить в другую кастрюлю и приготовить соус такой же, как для паровой осетрины.

При подаче на стол куски рыбы переложить на подогретое блюдо, гарнировать отварным целым картофелем и полить соусом, процеженным сквозь сито.

Таким же способом можно приготовить судака, щуку, угря.

На 500—750 г рыбы — 1 стакан вина, 1 ст. ложку муки, 800 г картофеля, по 1 петрушке и луковице, 2 ст. ложки масла.

## Осетрина консервированная в сметане с картофелем

Из банки вынуть рыбу, нарезать на куски, положить в неглубокую кастрюлю, туда же вылить соус, прибавить сметану и, накрыв крышкой, варить 5—6 минут. При подаче на стол рыбу положить на подогретое блюдо, гарнировать отварным картофелем, заправленным маслом. Полить рыбу соусом, полученным при варке, и посыпать нарезанной зеленью. К рыбе подать свежие или соленые огурцы.

Вместо осетрины можно взять консервы белуги или севрюги.

На 1 банку (350 г) осетрины в томате — 1/2 стакана сметаны, 2 ст. ложки масла, 800 г картофеля.

## Битки паровые из рыбы

Приготовить рыбный фарш, как для рубленых котлет, и разделать, придав ему форму битков. Битки разместить в один ряд на дне кастрюли, смазанной маслом, в промежутки положить очищенные, промытые и нарезанные грибы (белые, шампиньоны). Сбрызнуть маслом, залить белым вином и долить бульоном, сваренным из костей рыбы, так, чтобы битки были погружены в жидкость на три четверти. Накрыть кастрюлю крышкой и варить 15—20 минут.

По окончании варки бульон слить в кастрюлю и приготовить соус так же, как для консервированной рыбы в белом вине. Отдельно отварить очищенные и промытые стручки фасоли и заправить их маслом. При подаче на стол битки переложить на подогретое блюдо, сверху битков уложить грибы. Гарнировать блюдо стручками фасоли и полить соусом.

Для приготовления битков рекомендуется судак, щука, налим, сом, треска.

На 750 г рыбы (или 500 г филе) — 300 г стручков фасоли, 100 г мякиша белого хлеба, 1/2 стакана молока, 200 г грибов свежих, 1 стакан вина белого столового, 1 яйцо, 4 ст. ложки масла.

## Рыба фаршированная

Рыбу очистить от чешуи, отрезать голову и, не разрезая брюшка, вынуть внутренности; удалить из головы жабры, промыть холодной водой и нарезать рыбу поперечными кусками.

Из каждого куска рыбы вырезать мякоть, не повредив кожи. Для приготовления фарша вырезанную мякоть вместе с луком и хлебом, намоченным в воде и отжатым, пропустить через мясорубку. В фарш прибавить сырое яйцо, сахар, растительное масло, перец, соль и все тщательно перемешать. Приготовленным фаршем заполнить куски рыбы в тех местах, где была вырезана мякоть и сровнять ножом, смоченным в воде.

На дно кастрюли положить нарезанные кружочками свеклу и морковь, а также тщательно промытую луковую шелуху. Поверх овощей поместить фаршированные куски рыбы, на которые положить еще слой овощей, потом опять рыбу и снова слой овощей. Рыбу с овощами залить холодной водой так, чтобы вода только покрыла их, и, закрыв кастрюлю, поставить варить на слабый огонь на 1,5—2 часа, считая с момента закипания воды. Во время варки необходимо следить, чтобы рыба и овощи не

пригорели; верхний слой рыбы надо изредка поливать образовавшимся бульоном.

Перед подачей на стол рыбу вместе с овощами переложить на блюдо, оставшийся бульон процедить и полить им рыбу.

При желании в полученном бульоне можно сварить очищенный картофель, который использовать на гарнир к рыбе.

Таким способом можно приготовить щуку, судака, леща и карпа.

На 1 крупную рыбу (2—3 кг) — 100—200 г хлеба белого, 300 г лука, 2 свеклы, 3 моркови, 1 ст. ложку сахара, 2 яйца, 1 ст. ложку масла растительного.

## ТУШЕНАЯ РЫБА

Тушат рыбу чаще всего предварительно обжаренной. Ее можно тушить в сыром и фаршированном виде, порционными кусками с добавлением тех же продуктов, с которыми рыбу припускают: ароматических овощей, томата-пюре, свежих помидоров, сладкого стручкового перца, со щавелем, в молоке с луком и с некоторыми другими продуктами. В тушеном виде целесообразно готовить также мелочь и соленую рыбу, так как мякоть соленой рыбы более сухая и жесткая, чем свежей. В процессе тушения мякоть соленой рыбы хорошо размягчается и становится сочной, а у мелочи при длительном тушении размягчаются кости.

### Треска, тушенная в молоке с луком

Филе трески без костей, но с кожей нарезать по два куска на порцию, посыпать солью, перцем, запанировать в пшеничной муке и обжарить на подсолнечном масле. В глубокий сотейник положить слоем сырой нашинкованный репчатый лук или лук-порей, а на него — куски обжаренной рыбы, которые засыпать слоем лука, залить горячим кипяченым молоком и тушить при слабом кипении на плите до тех пор, пока лук не станет мягким.

Подать с отварным картофелем или рассыпчатой рисовой кашей. Рыбу посыпать петрушкой или укропом. Это блюдо (без гарнира) можно подать и в холодном виде.

На 1 порцию — 120 г рыбы, 6 г муки, 10 г масла подсолнечного, 55 г лука, 100 г молока, 150 г гарнира, перец, зелень.

## Треска, тушенная с хреном

На дно глубокого сотейника, смазанного сливочным маргарином или маслом, насыпать тонким слоем натертый на терке хрен, уложить на него порционные куски сырой рыбы в два-три ряда, пересыпая каждый ряд тертым хреном. Залить рыбу бульоном с добавлением небольшого количества уксуса и соли и тушить на плите в течение часа, закрыв посуду крышкой. После этого осторожно, чтобы не помять рыбу, слить часть бульона, добавить в него сметану, нагреть до кипения, ввести муку, смешанную с маслом, прокипятить, залить рыбу и снова тушить ее 15—20 минут.

Подать с отварным картофелем, посыпав зеленью.

Так же можно приготовить камбалу, сома, щуку, сазана.

На 1 порцию — 120 г рыбы, 30 г хрена, 150 г бульона, 10 г 3%-ного уксуса, 30 г сметаны, 5 г муки, 5 г масла сливочного или маргарина сливочного, 150 г гарнира, зелень.

## Треска, тушенная с капустой

Порционные куски рыбы с костями или без костей, но с кожей посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить на подсолнечном или топленом масле. В тушеную капусту (квашеную или свежую) добавить красный основной соус, немного ошпаренного в кипятке тмина и перемешать. В глубокий сотейник положить слоем подготовленную капусту, а на нее — ряд кусков обжаренной рыбы, которую покрыть слоем капусты. Так наполнить посуду до верха, уложив в нее два-три слоя рыбы с капустой. Полить красным основным соусом и тушить в течение одного часа.

При подаче положить на тарелку кусок рыбы и покрыть ее капустой; можно полить небольшим количеством соуса, посыпать зеленью петрушки, укропом или зеленым луком.

Рыбу, приготовленную с подсолнечным маслом, можно подавать в горячем и холодном виде.

На 1 порцию — 120 г рыбы, 6 г муки, 10 г масла подсолнечного или топленого, 150 г капусты тушеной, 50 г соуса, 0,2 г тмина, перец, зелень.

## Окунь морской, тушенный с огуречным рассолом и овощами

Дно глубокого сотейника покрыть ровным слоем корней петрушки и сельдерея, нашинкованных тонкой соломкой или мелкими кубиками (3 мм), уложить на них в один ряд порционные куски рыбы, нарубленные с костями или без костей с кожей, посыпать толченой смесью мускатного ореха с черным и душистым перцем, залить процеженным и прокипяченным огуречным рассолом и сухим виноградным вином так, чтобы рыбу едва покрыло жидкостью. Тушить, закрыв посуду крышкой, при слабом кипении 25—30 минут.

С готовой рыбы слить бульон, нагреть его до кипения, добавить муку, смешанную со сливочным маслом, и, помешивая, прогреть до загустения. Заправить по вкусу солью, если требуется, добавить огуречный рассол или вино. Залить этим соусом рыбу и прогреть до кипения.

Подать с рассыпчатым отварным рисом или картофелем. Рыбу полить соусом и посыпать зеленью петрушки. Это блюдо можно приготовить и без вина.

Так же можно приготовить треску, ставриду, камбалу, сома.

На 1 порцию — 150 г рыбы, по 10 г сельдерея и петрушки, 120 г огуречного рассола, 30 г вина виноградного, 5 г муки пшеничной, 5 г масла сливочного, 100—150 г гарнира, 50 г соуса, по 0,1 г мускатного ореха, перца черного и душистого, зелень.

## Камбала, тушенная с луком и сладким стручковым перцем

Нашинковать лук и слегка обжарить его на подсолнечном масле, добавить сладкий стручковый перец, нарезанный соломкой, и вместе с луком обжаривать еще 5—10 минут. Потом добавить помидоры, очищенные от кожицы и семян, нарезанные дольками, залить рыбным бульоном и нагреть до кипения. Порционные куски рыбы посыпать солью, перцем, запанировать в муке, обжарить на масле, положить в бульон с овощами, добавить растертый с солью чеснок и тушить рыбу на слабом огне до готовности.

Подать рыбу с отварным картофелем.

На 1 порцию — 150 г рыбы, 6 г муки, 20 г лука репчатого, 30 г перца сладкого стручкового, 15 г масла подсолнечного, 50 г помидоров, 150 г бульона, 1 г чеснока, 150 г гарнира, перец.

## Салака, тушенная в масле

Разделанную салаку посолить, уложить не больше чем в три ряда (спинками вниз) в сотейник, поливая каждый ряд уксусом и подсолнечным маслом, закрыть посуду крышкой и тушить рыбу, поставив на водяную баню на 2—3 часа.

Подать в горячем виде с отварным картофелем или в холодном — с винегретом или салатом из картофеля.

На 1 порцию — 125 г салаки, 12 г масла подсолнечного, 10 г 3%-ного уксуса, 100—150 г гарнира.

## Салака, тушенная в молоке

Разделать свежую салаку, положить в сотейник в один-два ряда, перекладывая каждый ряд нарезанным сырым луком, после чего залить холодным молоком, добавить масло, закрыть посуду крышкой и тушить при слабом кипении 1—1,5 часа.

Подать рыбу вместе с молоком, луком и отварным картофелем.

На 1 порцию — 125 г салаки, 30 г лука, 100 г молока, 10 г масла подсолнечного, 150 г гарнира.

## Салака в соусе из щавеля

Салаку разделать, запанировать в муке и обжарить на подсолнечном масле. Обжаренную рыбу уложить в сотейник в один ряд, залить щавелевым соусом и тушить при слабом кипении 40—50 минут.

Для приготовления соуса в рыбный бульон или воду добавить слегка обжаренный лук, томат-пюре, целые листья щавеля (без черешков), листики зелени петрушки, растертый с солью чеснок и все тушить в течение 10—15 минут.

Подать рыбу с отварным или жареным картофелем, посыпать мелко нарезанным укропом или зеленью петрушки.

На 1 порцию — 125 г салаки, 6 г муки пшеничной, 20 г масла подсолнечного, 25 г лука репчатого, 15 г томата-пюре или 75 г помидоров, 60 г щавеля, 5 г зелени петрушки 0,5 г чеснока, 50 г бульона рыбного, 150 г гарнира.

## Вобла вяленая, тушенная в молоке с луком

Вяленую воблу очистить от кожи, отделить голову, плавники,

удалить внутренности, промыть, залить холодной водой и оставить в ней на 1 час; затем рыбу снова промыть.

Уложить рыбу в посуду для тушения, засыпать слоем сырого репчатого тонко нашинкованного лука или зеленого лука, залить горячим молоком и тушить при слабом кипении 30—40 минут.

Подать рыбу вместе с молоком и луком, посыпать измельченной зеленью петрушки. Гарнир — отварная фасоль, заправленная маслом, или отварной картофель, картофельное пюре.

На 1 порцию — 90 г рыбы, 50 г лука репчатого или зеленого, 100 г молока, 150 г гарнира, зелень.

### Кефаль по-венгерски

Рыбу почистить, отрезать голову и хвост, посолить и нашпиговать салом. Кастрюлю с толстым дном смазать маслом, положить нарезанный ломтиками картофель, на него сверху уложить рыбу, прикрыть ломтиками сладкого перца, свежих помидоров, залить сметаной и растопленным сливочным маслом. Запечь в духовом шкафу и в горячем виде подать на стол.

На 1 кг рыбы — 6 картофелин, 50 г сала, 3 стручка перца, 4 помидора, 1/2 стакана сметаны, 5 ст. ложек масла сливочного, соль — по вкусу.

### Рыба, тушенная в горшочке

Куски или филе рыбы (морской окунь, треска, хек, щука и пр.) обвалять в муке, смешанной с солью, обжарить на растительном масле. Отдельно обжарить репчатый лук. Уложить все слоями в глиняный горшочек и залить молоком, положить специи — лавровый лист, перец горошком, соль по вкусу. Тушить на медленном огне до готовности. Отдельно подать посыпанный рубленой зеленью и политый растительным маслом отварной картофель.

На 600 г рыбы — 4—5 луковиц, молоко, чтобы покрывало рыбу, масло растительное.

## ЖАРЕНАЯ РЫБА

Рыбу можно жарить с небольшим количеством жира или погруженной в жир. Чтобы рыба равномерно прожаривалась,

рыбное филе или же крупную рыбу нарезают на куски не толще 3 см, так как у толстого куска верхний слой может пережариться раньше, чем он весь будет готов. Мелкую рыбу жарят целой. Снимать кожу с жирной рыбы перед обжариванием не следует. Некоторые сорта рыбы вкуснее зажаренными в коже. Жарят рыбу на растительном масле, маргарине и на сливочном масле.

Очищенную, вымытую и нарезанную рыбу за 15—20 минут до обжаривания замочить в молоке, смешанном с солью и перцем (1/4 стакана молока, 1/2 чайной ложки соли), и обвалять в муке или сухарях.

При жарении в жире его наливают в неглубокую кастрюлю или на сковороду в таком количестве, чтооы рыба была погружена в жир наполовину. Опустив рыбу в горячий жир, ее обжаривают сначала с одной, а затем с другой стороны. По окончании жарения жир следует процедить и слить в чистую посуду с крышкой.

Лучше всего жарить рыбу на чугунной сковороде, которая прогревается равномерно. Сковороду сильно разогреть, положить масло, а потом рыбу. Обжаривать рыбу надо до образования золотистой корочки — сначала одну сторону, затем другую. Если рыба еще не готова, то сковороду, накрыв крышкой, ставят в духовой шкаф на 5—7 минут или на слабый огонь.

## Рыба жареная с гарниром

Подготовленную рыбу посолить, посыпать перцем, обвалять в муке и обжарить на сковороде с маслом. При подаче на стол полить рыбу маслом и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропом. На гарнир дать жареный картофель, кашу гречневую, ячневую или салат из квашеной (либо красной) капусты, огурцы (свежие, соленые), помидоры.

На 750 г рыбы (или 500 г филе) — по 2 ст. ложки масла и муки.

## Осетрина жареная с помидором и луком

Подготовленные куски рыбы опустить в молоко, смешанное с солью и перцем, обвалять в муке и поджарить. Отдельно поджарить в масле свежие или консервированные помидоры, разрезанные пополам, подсоленные и посыпанные перцем. Лук, очищенный и нарезанный кольцами, также подрумянить на сковороде в масле.

При подаче на стол уложить рыбу на подогретое блюдо, на

середину каждого куска положить кучку жареного лука, а по сторонам — две половинки помидоров. Полить маслом из-под рыбы и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропом. На гарнир подать отварной или жареный картофель.

Можно приготовить рыбу с жареными кабачками и помидорами.

На 750 г рыбы (или 500 г филе) — 1/4 стакана молока, 4 помидора, 1 головку лука. 2 ст. ложки муки, 3 ст. ложки масла.

## Рыба, жаренная в сухарях

Подготовленную рыбу промыть, обсушить на салфетке, посолить, посыпать перцем, обвалять сначала в муке, а затем, смочив яйцом, разведенным молоком (1/4 стакана на 1 яйцо), обвалять в сухарях. За 10—15 минут до подачи на стол рыбу обжарить в жире.

Подать на разогретом блюде, гарнировать ломтиками лимона и украсить ветками зелени петрушки. Вместо лимона можно подать холодный майонез с корнишонами или горячий томатный соус. На гарнир подать салат, моченые яблоки, картофельное пюре.

Так жарят судака, леща, карпа, сазана, карася, навагу, линя, корюшку, осетрину и другую рыбу.

На 750 г рыбы (или 500 г филе) — 1/4 стакана молока, лимон, 1/2 стакана сухарей толченых, 1 яйцо, 2 ст. ложки муки, 100 г жира для жарения.

## Рыба, жаренная в тесте

Приготовить тесто. В миске смешать муку и соль с двумя столовыми ложками растительного или сливочного растопленного масла, затем развести теплой водой (1/2 стакана) так, чтобы не было комков. Миску с тестом накрыть и дать постоять. Рыбное филе нарезать кусочками толщиной 1 см и длиной 5—7 см, посыпать солью, перцем, нарубленной зеленью; отжать на рыбу сок половины лимона, прибавить ложку растительного масла, перемешать и оставить так на 15—20 минут.

За 10—15 минут до подачи на стол добавить в тесто два яичных белка, взбитых в пену; каждый кусочек рыбы взять вилкой и, обмакнув в тесто, погрузить в приготовленный в кастрюле

очень горячий жир. При обжаривании кастрюлю с рыбой надо покачивать, чтобы кусочки рыбы покрывались жиром.

При подаче на стол уложить рыбу в виде пирамиды на подогретое блюдо, положив на него бумажную салфетку. Украсить ветками зелени петрушки. Отдельно подать майонез с корнишонами или горячий томатный соус.

На гарнир — зеленый салат и отварной картофель с маслом.

На 500 г филе — 5 ст. ложек муки, 3 ст. ложки масла, 1/2 лимона, 2 яйца, 100 г жира для жарения.

## Караси в сметане

Караси очистить от чешуи и плавников, удалить внутренности и жабры, промыть, обтереть полотенцем, натереть солью, посыпать перцем, обвалять в муке и обжарить с обеих сторон до румяного цвета. Жареные караси положить на сковороду, смазанную маслом, вокруг кружочки жареного картофеля, залить сметаной, посыпать сухарями, сбрызнуть растопленным сливочным маслом и запечь в духовом шкафу.

На 600 г карасей — 3 ст. ложки масла сливочного, 1 ст. ложку сухарей пшеничных, 2 ст. ложки муки пшеничной, 1,5 стакана сметаны, 1 кг картофеля, 1 ст. ложку масла сливочного для жарения картофеля, соль, перец.

## Сом жареный с помидорами

Филе сома без кожи и костей нарезать на порционные куски, посыпать солью и перцем, обвалять в муке, жарить на растительном или топленом масле.

Подать на стол с поджаренными помидорами: свежие помидоры разрезать пополам, удалить семена, посолить, поперчить и обжарить.

На 500 г сома — 1,5 ст. ложки муки пшеничной. 3 ст. ложки масла, 400 г помидоров, соль, перец.

## Кефаль жареная

Кефаль почистить, хорошо промыть в холодной воде, сделать поперечные надрезы, посыпать солью и перцем, сбрызнуть лимонным соком. Смазать сковороду растительным маслом и

положить на нее рыбу, сверху полить маслом, лимонным соком, посыпать мелко нарезанной петрушкой и поставить в духовой шкаф.

Подать на стол в горячем виде.

На 1 кг рыбы — 1/2 стакана масла. 1 ст. ложку петрушки, 1/8 лимона, лавровый лист, соль, перец.

## Треска жареная со сладким стручковым перцем и помидорами

Нарезать тонкой соломкой лимонную цедру, ошпарить кипятком, обсушить и слегка обжарить на подсолнечном масле, прибавить тонко нарезанный сладкий стручковый перец и припустить. Помидоры нарезать ломтиками толщиной 1 см и слегка поджарить.

Филе трески, нарезанное на порционные куски, посыпать солью, перцем, запанировать в муке и поджарить на подсолнечном масле.

Рыбу положить на помидоры, поверх рыбы уложить перец с лимонной цедрой. Гарнир — рисовая рассыпчатая каша.

На 1 порцию — 120 г рыбы, 6 г муки, 20 г масла, 150 г помидоров свежих, 50 г перца сладкого стручкового, 100 г гарнира, 5 г лимонной цедры, перец.

## Поджарка из трески

Филе трески нарезать на маленькие кусочки, посыпать солью и перцем. Репчатый лук тонко нашинковать и поджарить на подсолнечном масле, положить нарезанную треску и жарить Ко готовности. Подать с жареным картофелем, посыпать зеленью.

На 1 порцию — 120 г рыбы, 50 г лука, 15 г масла, 150 г гарнира, перец, зелень.

## Соте из трески

Салфетку смочить в подсоленной воде, выжать и обтереть ею рыбу. Масло разогреть в сотейнике и обжарить в нем треску, нарезанную кусками. Когда рыба зарумянится, положить ее на горячее блюдо. Мелко нарезанные лук и чеснок обжарить в масле, туда же влить томатный соус, подложить в него зелень петрушки, вскипятить и облить рыбу. Сверху посыпать тертым сыром и

обложить маслинами.

На 1 порцию — 800 г трески, 125 г масла растительного, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 20 маслин, 1,5 стакана соуса томатного, 60 г сыра, 1 чайная ложка зелени петрушки.

## Камбала фаршированная

Обработать камбалу, с одной стороны рыбы сделать надрез. Приготовить фарш из двух ложек масла, сухарей, зелени, раковых шеек, одного яйца и пряностей. Этот фарш вложить' в камбалу под филе, оставив середину открытой. Положив кусочки масла, смазать рыбу яйцом, обсыпать сухарями, положить на смазанный маслом противень и жарить в духовом шкафу. Подать с рыбным соусом.

На 1 камбалу — 1 чайную ложку петрушки рубленой, 3 ст. ложки сухарей, 3 ст. ложки масла сливочного, 1/3 стакана раковых шеек, 1/2 лимона, орех мускатный, перец, соль.

## Поджарка из камбалы, палтуса

Филе камбалы или палтуса нарезать крупной лапшой, посыпать солью, перцем, запанировать в муке и поджарить на подсолнечном или топленом масле. Готовую рыбу смешать с поджаренными отдельно луком и картофелем. Все это положить на блюдо, украсить поджаренными половинками помидоров и посыпать зеленью петрушки, смешанной с чесноком.

На 1 порцию — 150 г рыбы, 6 г муки, 30 г масла, 50 г лука, 150 г картофеля жареного, 100 г помидоров, 1 г чеснока, перец, зелень.

## Камбала, палтус, жаренные с луком, грибами и корнишонами

Мелко нарубленный репчатый лук и шампиньоны отдельно слегка обжарить на топленом или подсолнечном масле. Рыбу посыпать солью, перцем, запанировать в муке и поджарить. Положить на блюдо подготовленный лук, а на него поджаренную рыбу, которую гарнировать отварным картофелем.

В разогретое сливочное масло положить нарезанные

соломкой корнишоны, слегка обжаренные шампиньоны и прогреть. Этой смесью полить рыбу и посыпать ее петрушкой.

На 1 порцию — 150 г рыбы, 6 г муки, 25 г масла топленого или подсолнечного, 5 г масла сливочного, 30 г лука, 20 г корнишонов, 30 г шампиньонов, 150 г гарнира, перец, зелень.

**Камбала, палтус фри (панированные в муке)**

Замоченные в молоке порционные куски рыбы посыпать солью и перцем, запанировать в муке и поджарить во фритюре. Готовую рыбу гарнировать жареным картофелем, полить маслом, сверху положить ломтик лимона и посыпать зеленью петрушки.

На 1 порцию — 115 г рыбы, 6 г муки, 10 г молока, 15 г жира для фритюра, 8 г масла сливочного, 1/ю лимона, 150 г гарнира, перец, зелень.

Камбала, палтус фри (панированные в сухарях)

Подготовленные порционные куски рыбы посыпать солью и перцем, запанировать в муке, смочить в яйце, снова запанировать в сухарях и жарить во фритюре. Готовую рыбу гарнировать жареным картофелем и ломтиком лимона. Вместо лимона можно подать отдельно томатный соус или майонез с корнишонами.

На 1 порцию — 115 г рыбы, 6 г муки, 1/6 яйца, 20 г сухарей, 12 г жира для фритюра, 150 г гарнира, 50 г майонеза или 10 г соуса томатного, или 1/10 лимона.

**Салака, жаренная с томатом-пастой**

Салаку разделать на филе. Одно филе покрыть с внутренней стороны слоем томат-пасты с солью и накрыть его другим филе. Каждые два филе, прослоенные томатом-пастой, запанировать сначала в муке, затем, смочив взбитым яйцом, запанировать в сухарях и жарить на подсолнечном масле до готовности.

При подаче салаку полить сливочным маслом, подать с жареным или отварным картофелем и посыпать укропом.

На 1 порцию — 80 г салаки (филе), 10 г томата-пасты, 6 г муки, 10 г яйца, 12 г сухарей, 10 г масла подсолнечного, 6 г масла сливочного, 150 г гарнира, укроп.

**Салака копченая с яйцом**

У копченой салаки отделить голову, внутренности и кожу, положить на порционную сковороду с маслом и прогреть, затем вылить на рыбу яйцо, посыпать солью и довести до готовности на плите, покрыв сковороду крышкой.

На 1 порцию — 80 г салаки горячего копчения, 1 яйцо, 10 г масла сливочного или подсолнечного.

## Салака, жаренная на углях

Салаку очистить, удалить внутренности и жабры, не отделяя головы, затем промыть, обсушить салфеткой и смазать растительным маслом. После этого положить рыбу на горячую решетку и жарить, поворачивая над углями. Вместо жарки на решетке рыбу можно нанизать за головки на проволоку и также жарить над углями. Жареную салаку погрузить на несколько секунд в горячий раствор соли (120 г соли на 1 л воды).

Подать рыбу с жареным картофелем, полить сливочным маслом.

На 1 порцию — 150 г салаки, 5 г масла подсолнечного, 8 г масла сливочного, 150 г гарнира.

## Салака, жаренная в тесте

Салаку разделать на филе без костей, посыпать мелкой солью и оставить на 10—15 минут. Затем сбрызнуть лимонным соком или лимонной кислотой, полить подсолнечным маслом, посыпать молотым перцем и мелко нарезанной зеленью петрушки, уложить рядами одно филе на другое в неокисляющуюся посуду и выдержать на холоде не менее 30 минут. Перед жаркой филе рыбы свернуть каждое в отдельности в виде спирали, начиная с хвоста, кожей внутрь и скрепить деревянными шпильками. Подготовленные филе перед жаркой обмакнуть в полужидкое тесто, опустить в нагретый до 160—170° жир (фритюр) и жарить до образования на поверхности теста румяной корочки. Если рыба не полностью прожарилась в жире, то положить ее на сковороду и поместить на несколько минут в жарочный шкаф.

Подать рыбу немедленно после жарки, вынув шпильки, уложить на блюдо или тарелку, покрытую бумажной салфеткой. Соус томатный или майонез с корнишонами подать к рыбе отдельно.

Для приготовления теста в молоко или холодную воду положить соль, сахар, влить растительное масло, всыпать муку и

размешать так, чтобы получилось однородное полужидкое тесто, в которое добавить взбитые в густую пену яичные белки, аккуратно, без резких движений перемешивая массу снизу вверх.

На 1 порцию — 90 г салаки (филе), 5 г масла растительного, 0,2 г кислоты лимонной, 2 г зелени, 30 г муки, 3/4 яйца, 30 г молока, 1 г сахара, 15 г жира для фритюра, 75 г соуса томатного или 50 г майонеза, перец.

## Сосиски рыбные

Мякоть хека или другой рыбы пропустить через мясорубку, добавить замоченный в молоке хлеб, соль, перец, взбитые яйца и перемешать. Из этой массы скатать колбаски, запанировать в муке, смочить в яйцах, обвалять в сухарях и жарить в большом количестве растительного масла. В качестве гарнира отварной картофель, пюре и овощные салаты.

На 500 г рыбы — 150 г молока, 125 г хлеба пшеничного, 2 яйца, 40 г лука, мука, сухари.

## Котлеты из соленой сельди

Отобрать 4 сельди средней величины, вымочить их в молоке и затем, сняв кожу и удалив кости, пропустить через мясорубку вместе с намоченным в молоке черствым белым хлебом. Добавить в фарш два сырых яйца, две столовые ложки густой сметаны и рубленую зелень укропа. Тщательно перемешать, сделать котлеты, смазать сырым яйцом, запанировать в сухарях, жарить на топленом масле. Подать с жареным картофелем.

## Вобла соленая жареная

Порционные куски вымоченной соленой воблы вымыть, обсушить хлопчатобумажной тканью, запанировать в пшеничной муке и обжарить на подсолнечном масле с обеих сторон до образования румяной корочки, после чего довести рыбу до готовности в духовом шкафу.

Подать рыбу с гарниром в натуральном виде либо политой белым соусом со сметаной, томатным соусом с овощами. Гарнир — картофель жареный, картофельное пюре, тушеная капуста.

Посыпать рыбу измельченной зеленью петрушки или укропом.

Так же можно готовить соленую треску, судака, леща, жереха.

На 1 порцию — 150 г рыбы, 6 г муки, 10 г масла, 150 г гарнира, 75 г соуса.

## Килька свежая, жаренная с луком

Рыбу перебрать, отделить посторонние примеси и другую рыбу, тщательно вымыть в холодной воде, переложить в решето или дуршлаг и дать полностью стечь воде, затем посолить. Подготовленную рыбу непосредственно перед жаркой запанировать в муке. Нагреть на сковороде растительное масло, поджарить в нем шинкованный репчатый лук, после чего положить запанированную в муке рыбу и жарить, аккуратно перемешивая ее, на сильном огне до готовности.

Подать с жареным или отварным картофелем, огурцами, помидорами или с квашеной капустой.

Так же можно приготовить хамсу, тюльку, салаку.

На 1 порцию — 75 г кильки, 10 г муки, 15 г масла, 20 г лука, 100—150 г гарнира.

## Котлеты из рыбы

Рыбное филе без кожи пропустить через мясорубку, смешать с хлебом, размоченным в молоке, с солью и перцем и пропустить еще один-два раза через мясорубку. В рыбную массу добавить размягченное масло, хорошо перемешать, сделать котлеты и обвалять их в сухарях. За 10—15 минут до подачи на стол положить котлеты на разогретую сковороду с маслом, обжарить сначала одну сторону, потом другую. Если котлеты не готовы, дожарить их в духовом шкафу в течение 5—7 минут.

При подаче на стол положить котлеты на подогретое блюдо и полить маслом. На гарнир можно подать зеленый горошек, бобы, цветную капусту, овощи в молочном соусе, а также подать томатный соус.

На 500 г филе судака, щуки или трески — 100 г хлеба белого, 1/2 стакана молока, 3 ст. ложки сухарей, 2 ст. ложки масла.

## Тельное из рыбы

Приготовить начинку. Лук тонко нарезать, поджарить в масле

на сковороде, добавить сваренные и нарезанные ломтиками свежие или соленые белые грибы, размешать, снять с огня, положить рубленое яйцо, зелень петрушки, соль, перец, все перемешать.

Из 500 г рыбного филе приготовить фарш, как для котлет. Сделать из него круглые лепешки величиной с котлету. На одну половину лепешки положить начинку размером с грецкий орех, другой половинкой накрыть и склеить края в форме полумесяца. Тельное удобнее разделать на смоченной в воде салфетке или марле.

После этого тельное смочить взбитым яйцом и обвалять в сухарях. За 10—15 минут до подачи на стол тельное жарить так же, как котлеты из рыбы, и дать такой же гарнир. Отдельно в соуснике подать томатный соус.

### Осетрина на вертеле

Подготовленные для жарения куски осетрины весом по 40—50 г обмыть в холодной воде, посолить, посыпать перцем, нанизать на металлический вертел и обжарить над раскаленными в жаровне углями (без пламени) в течение 6—10 минут. Во время жарения куски рыбы периодически смазывать сливочным маслом и повертывать вертел, чтобы рыба равномерно прожарилась.

При подаче на стол рыбу снять с вертела, уложить на подогретое блюдо и загарнировать свежими помидорами, обжаренными на вертеле, репчатым и зеленым луком и зеленью петрушки.

Таким же способом готовят свежую лососину.

## ЗАПЕЧЕННАЯ РЫБА

Рыбу как сырую, так и предварительно обжаренную или сваренную (без гарнира или с гарниром) запекают в хорошо нагретом духовом шкафу. Если шкаф нагрет недостаточно, рыба плохо запекается, высыхает и делается невкусной.

### Лещ, карп или сазан запеченные

Очищенную и промытую рыбу разрезать вдоль хребтовой кости, нарезать поперек на куски и погрузить на 2—3 минуты в подсоленное молоко. Затем обвалять в муке или толченых сухарях и кожей кверху уложить на подмасленную сковороду. Кисточкой сбрызнуть рыбу маслом и поставить в духовой шкаф.

Через 5 минут кожа рыбы начнет подрумяниваться. Филе запекается через 6—7 минут, а куски с костью — через 12 минут.

На стол рыбу подать на сковороде или переложить на подогретое блюдо и полить маслом со сковороды. К рыбе подать отварной или жареный картофель, огурцы, зеленый салат.

Приготовленную таким способом рыбу можно подать и холодной с огурцами, помидорами, различными маринованными фруктами.

На 500 г рыбы — 1/4 стакана молока, по 2 ст. ложки муки и масла.

## Судак, запеченный с картофелем

Очищенную и промытую рыбу разрезать вдоль по хребту, потом нарезать поперек, посыпать перцем и уложить куски на смазанную маслом сковороду. Сверху рыбу засыпать сырым картофелем, нарезанным в виде лапши и промытым в холодной воде. По краям сковороды уложить тонкие ломтики картофеля. Все это посолить, посыпать сначала мукой, а затем, полив рыбным бульоном или водой, — толчеными сухарями, сбрызнуть растопленным маслом и поставить в духовой шкаф. Рыба запекается 20—25 минут (в зависимости от толщины слоя картофеля).

Если при запекании бульон на сковороде быстро выкипит, необходимо подлить еще немного бульона или кипяченой воды. Иногда добавляют слегка поджаренный лук, который кладут на рыбу и засыпают картофелем.

При подаче на стол посыпать рыбу нарезанной зеленью петрушки. К рыбе можно подать зеленый салат из овощей и фруктов, свежие, соленые или пастеризованные огурцы и квашеную капусту.

На 750 г рыбы (или 500 г филе) — 800 г картофеля, 1 ст. ложку муки, 2 ст. ложки сухарей, 2—3 ст. ложки масла.

## Осетрина, запеченная куском

Подготовленную, очищенную от хрящей и костных чешуек рыбу посолить, посыпать перцем, уложить на сковороду, смазать сверху сметаной, сбрызнуть маслом, подлить на дно сковороды 1/2 стакана воды и поставить в духовой шкаф на 25—30 минут, поливая несколько раз соком, выделившимся при запекании.

Подавая на стол, рыбу разрезать поперек на куски, положить на подогретое блюдо и полить соком, процеженным сквозь сито. Сверху украсить рыбу веточками зелени петрушки. На гарнир подать отварной картофель с маслом или жареный, а также салат зеленый, салат из овощей, огурцы или ломтики лимона. Можно подать также майонез с каперсами.

На 500 г рыбы — по 1 ст. ложке сметаны и масла.

## Рыба, запеченная в сметане

Куски рыбы посолить, посыпать перцем, обвалять в муке и обжарить на сковороде с маслом. Обжарить также белые грибы, очищенные, промытые, нарезанные, и картофель, нарезанный кружками толщиной в 1/2 см. Рыбу уложить на сковороду, на каждый кусок положить кружки сваренного вкрутую яйца и грибы. Потом обложить рыбу кружками жареного картофеля и полить процеженным соусом из сметаны. Соус готовят так: нагреть сметану, когда она закипит, добавить чайную ложку муки, смешанной с таким же количеством масла, размешать, кипятить 1—2 минуты и посолить.

Рыбу, политую соусом, засыпать сверху тертым сыром, полить растопленным маслом и поставить в духовой шкаф на 5—6 минут, чтобы она подрумянилась. При подаче на стол рыбу посыпать сверху мелко нарезанной зеленью петрушки.

Запекать можно филе осетрины, севрюги, белуги, судака, сазана, щуки и другой рыбы.

На 750 г рыбы (или 500 г филе) — 800 г картофеля, 1 стакан сметаны, 2 яйца, 200 г грибов белых свежих, 25 г сыра, 2 ст. ложки муки, 4 ст. ложки масла.

## Рыба, запеченная в омлете

Яйца смешать с молоком в соотношении 1:2. Яйцо разбить пополам, выпустить в тарелку, половиной скорлупки отмерить молоко, смешать его с яйцом и посолить. На сковороду положить припущенное филе рыбы без костей, вокруг уложить ломтики отварного картофеля, залить все яично-молочной смесью и запечь в духовом шкафу. Количество продуктов определить самостоятельно.

## Треска, запеченная со сладким перцем

У мясистого болгарского перца удалить плодоножки и семена, испечь его в духовом шкафу, после чего очистить от кожицы и при помощи миксера превратить его в однородную массу, соединив с размягченным сливочным маслом, сырым яйцом, солью, сахаром и томатным соусом.

Филе трески запанировать в муке, смешанной с солью и перцем, слегка обжарить, затем сложить в толстостенную кастрюлю или глубокую сковороду, смазанную маслом, сверху уложить пюре из перца, смазать поверхность растопленным сливочным маслом, посыпать молотыми сухарями и запечь в духовом шкафу. Это блюдо хорошо готовить порционно (в маленьких сковородках) и подавать на стол, не перекладывая в другую посуду.

На 700 г филе трески — 800—1000 г перца сладкого, 2 яйца, 2 ст. ложки соуса томатного, 4 ст. ложки масла сливочного, сахар, соль.

## Треска, запеченная с яйцом и молоком

Порционный кусок трескового филе посыпать солью и перцем, запанировать в муке и поджарить на топленом масле.

Поджаренную рыбу положить на сковороду, вокруг поджаренный картофель, добавить слегка обжаренный лук, залить смесью из яиц, муки и молока и запечь.

На 1 порцию — 120 г рыбы, 10 г муки, 20 г масла, 20 г лука репчатого, 1/2 яйца, 100 г молока, 150 г картофеля, перец.

## Треска, запеченная под молочным соусом

Дно смазанной маслом сковороды выложить ломтиками вареного картофеля или картофельным пюре, а на него положить сваренные в пряном отваре порционные куски трески.

Приготовить жидкий молочный соус, добавить в него рубленый слегка обжаренный лук, проварить и довести до желаемого вкуса. Залить соусом припущенную рыбу, посыпать сыром, сбрызнуть маслом и запечь. Подать на сковороде.

На 1 порцию — 120 г рыбы, 10 г овощей и специй для пряного отвара, 15 г масла топленого, 20 г лука, 6 г сыра, 150 г картофеля, 125 г соуса, перец

## Треска, запеченная под сметанным соусом

Свежие белые грибы или сморчки отварить, нарезать некрупными кусочками и поджарить на масле. Нарезать от филе порционные куски рыбы, запанировать их в муке, поджарить, переложить на сковороду. Вокруг рыбы разложить поджаренные грибы, залить сметанным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

Готовую рыбу посыпать нарезанным укропом или зеленью петрушки.

Так же можно приготовить судака, щуку, сома, налима.

На 1 порцию — 120 г рыбы, 6 г муки, 15 г масла топленого, 50 г грибов, 6 г сыра, 125 г соуса, зелень.

## Треска, запеченная под луковым соусом с грибами

Сваренные в пряном отваре порционные куски рыбы, нарезанные от филе, положить на сковороду, обложить ломтиками вареного картофеля, залить луковым соусом с грибами, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом, запечь и подать на сковороде.

Так же можно приготовить щуку, судака, сома, налима.

На 1 порцию — 120 г рыбы, 10 г овощей и специй для пряного отвара, 8 г масла сливочного, 5 г сухарей, 150 г картофеля, 125 г соуса, перец.

## Камбала, палтус, запеченные с картофелем и луком

Положить порционный кусок сырой рыбы на смазанную маслом сковороду, посыпать солью и перцем, добавить тонко нарезанный слегка обжаренный репчатый лук, закрыть ломтиками вареного или сырого картофеля, залить жидким белым соусом, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и запечь. Готовую рыбу посыпать зеленью петрушки и подать на сковороде.

Так же готовят осетрину, севрюгу, белугу.

На 1 порцию — 120 г рыбы, 150 г картофеля, 20 г лука, 150 г соуса, 5 г сухарей, 15 г масла подсолнечного, топленого или маргарина сливочного, перец, зелень.

## Камбала, палтус, запеченные с помидорами

Припущенную рыбу положить на сковороду и обложить поджаренными половинками помидоров. На рыбу положить вареные белые грибы и кусочки крабов, залить томатным соусом с грибами и овощами, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

Подать на сковороде, посыпать зеленью петрушки и укропом.

Так же приготовить осетровою рыбу.

На 1 порцию — 150 г рыбы, 110 г помидоров, 30 г грибов, 10 г крабов, 150 г соуса, 6 г сыра, 5 г масла сливочного или маргарина сливочного, зелень.

**Камбала, палтус, запеченные с кашей**

Рыбу запанировать в муке и поджарить на растительном масле. На сковороду положить рассыпчатую гречневую, рисовую или пшеничную кашу, заправленную маслом, а на нее — рыбу. Все это залить сметанным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

Подать на сковороде, посыпав зеленью.

На 1 порцию — 125 г рыбы, 6 г муки, 10 г масла растительного, 8 г масла сливочного или маргарина сливочного, 5 г сыра, 150 г каши готовой, 125 г соуса, зелень.

**Камбала, палтус, запеченные под молочным соусом**

Филе рыбы припустить в бульоне с добавлением белого вина, петрушки и лука. Готовую рыбу переложить на блюдо, гарнировать вареными грибами, крабами и устрицами. Добавить в молочный соус бульон, оставшийся после при- пускакия, прокипятить, снять с огня, положить сырой яичный желток, смешать, довести до желаемого вкуса и залить им рыбу. Посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом,

Запечь рыбу в сильно нагретом духовом шкафу и сейчас же подать.

На 1 порцию — 150 г рыбы, 5 г лука, 5 г петрушки, 10 г вина, 15 г грибов, 10 г крабов, 1 устрицу, 100 г соуса, 1 желток, 10 г масла сливочного, 6 г сыра.

**Камбала или палтус со шпинатом**

Подготовленную рыбу припустить с добавлением сухого белого вина. Припустить на масле шпинат, выложить его слоем на блюдо, а поверх положить камбалу. Все это залить густым молочным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и быстро запечь до образования румяной корочки.

## Окунь морской, запеченный с грибами, луком и картофелем под сметанным соусом

На металлическое блюдо налить немного сметанного соуса, положить жареную рыбу, а вокруг нее — поджаренные ломтики картофеля. На рыбу уложить поджаренные белые грибы и репчатый лук, ломтик яйца и залить все сметанным соусом. Затем посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь. Подать, посыпав зеленью петрушки или укропом.

Так же можно приготовить треску, щуку, сома.

На 1 порцию — 150 г рыбы, 6 г муки, 20 г масла топленого или растительного, 5 г масла сливочного, 15 г грибов, 20 г яйца, 20 г лука, 150 г соуса, 150 г картофеля, 6 г сыра, зелень.

## Солянка из окуня на сковороде

Филе окуня нарезать по 3—4 кусочка на порцию, сложить в посуду, добавить нарезанные ломтиками соленые огурцы, очищенные от кожи и семян, слегка обжаренный лук, долить немного бульона и припустить. К готовой рыбе добавить каперсы, маслины и томатный соус.

На порционную сковороду положить слой тушеной капусты, на нее — припущенную рыбу с соусом и гарниром, закрыть все капустой, разровнять поверхность, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и запечь.

Подать на сковороде, положить сверху ломтик лимона, посыпать рубленой зеленью.

На 1 порцию — 125 г рыбы, 150 г капусты тушеной, 15 г масла растительного, 30 г огурцов, 12 г каперсов, 8 г лука репчатого, 3 г сухарей, 15 г маслин, 1/10 лимона, 50 г соуса, зелень.

## Навага, запеченная со шпинатом под молочным соусом

Свежий шпинат припустить, отжать от лишней влаги, нарезать, прогреть на масле и заправить солью и перцем. Припустить филе рыбы в рыбном бульоне с добавлением петрушки и лука. Приготовить молочный соус средней густоты и добавить в него бульон, полученный от припуска- ния рыбы, нагреть до кипения и процедить.

Заправленный шпинат положить на блюдо, поверх него — припущенное филе, залить молочным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

Так же можно приготовить треску, щуку, налима, сома.

На 1 порцию — 150 г рыбного филе, 5 г петрушки, 5 г лука репчатого 200 г шпината свежего, 6 г сыра, 10 г масла сливочного, 100 г соуса, перец.

## Запеканка из салаки с картофелем и шпиком

Разделать салаку. Дно порционной сковороды или противня покрыть тонкими ломтиками шпика, на который уложить ровным слоем сырой картофель, нарезанный ломтиками толщиной 0,5 см, а на картофель — подготовленное филе салаки, сверху — снова слой картофеля. После этого уложенные в посуду продукты залить смесью молока, муки, яиц и мелко рубленного лука, посыпать тертым сыром или сухарями и запекать до готовности.

При подаче полить сливочным маслом и посыпать зеленью петрушки.

На 1 порцию — 125 г салаки, 15 г шпика, 150 г картофеля, 80 г молока, 10 г муки, 1/4 яйца, 25 г лука репчатого, 6 г сыра, 8 г масла сливочного, зелень.

## Рулет из салаки

Салаку разделать на филе, пропустить дважды через мясорубку. В полученный фарш добавить немного белого хлеба, яичные желтки, рубленый лук, соль, лимонную тертую цедру, молотый перец, все тщательно перемешать, после чего добавить взбитый яичный белок. Полученную массу сформовать в виде батона, положить на смазанный жиром противень, посыпать сухарями, сбрызнуть жиром и запечь.

Подать с картофельным пюре или зеленым горошком в молочном соусе.

На 1 порцию — 100 г салаки (филе), 20 г яйца, 30 г

лука репчатого, 20 г хлеба, 5 г маргарина столового молочного, 8 г масла сливочного, 1/10 цедры лимона, 5 г сухарей, 150 г пюре картофельного или 100 г горошка зеленого, перец.

## Сельдь свежая, запеченная с яйцом

Филе свежей сельди с кожей без костей посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить на подсолнечном или топленом масле.

Обжаренную рыбу положить на металлическое овальное блюдо или лоток для запекания. Сырое яйцо смешать со сметаной и рубленым сырым репчатым или шинкованным зеленым луком и посолить. После этого залить рыбу смесью и запечь.

При подаче посыпать зеленью.

На 1 порцию — 100 г сельди, 6 г муки, 10 г масла, 1 яйцо, 20 г сметаны, 20 г лука, перец, зелень.

## Форшмак из сельди

Соленую сельдь вымочить в холодной воде в течение 24—30 часов. Затем сельдь выпотрошить, снять кожу и удалить кости, а мякоть пропустить через мясорубку вместе с черствым белым хлебом без корок, предварительно размоченным в молоке или сливках. Репчатый лук мелко изрубить и слегка поджарить на подсолнечном масле и смешать с селедочной массой. Заправить по вкусу перцем, мускатным орехом и, если требуется, солью. Разложить массу на порционные сковороды, смазанные маслом и посыпанные сухарями, разровнять поверхность, смазать сметаной, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и запечь.

При подаче полить маслом или сметаной.

На 1 порцию — 100 г сельди, 75 г хлеба, 75 г молока, 20 г лука, 10 г масла, 30 г сметаны, 5 г сухарей, орех мускатный и перец.

## Запеканка из сельди

Вымоченную в холодной воде соленую сельдь выпотрошить, удалить кожу и кости. Мякоть сельди смешать с намоченными в молоке или сливках белым хлебом, вареным картофелем и сырым яйцом. Полученную смесь пропустить через мясорубку, добавить

в нее натертый на терке мелко изрубленный сырой репчатый лук, соль и перец по вкусу, перемешать.

Приготовленную массу уложить на смазанный сливочным маргарином и посыпанный сухарями противень слоем примерно 3 см, разровнять поверхность, смазать сырым яйцом, смешанным со сметаной, и запечь так, чтобы сверху и снизу запеканки образовалась хрустящая корочка.

Готовую запеканку разрезать на порционные куски и подать, полив сметанным, томатным соусом или сметаной; посыпать запеканку мелко нашинкованной зеленью петрушки или укропом.

На 1 порцию — 100 г сельди, 50 г хлеба, 50 г молока, 50 г картофеля, 1/2 яйца, 20 г лука, 5 г маргарина, 5 г сметаны, 5 г сухарей, 75 г соуса или 30 г сметаны, зелень.

## Хамса, запеченная с картофельным пюре

Свежую хамсу обработать и поджарить так же, как кильку свежую, жаренную с луком. Жареную рыбу положить на порционную сковороду, полить красным или томатным соусом, покрыть слоем картофельного пюре, посыпать смесью молотых сухарей с тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь до образования на поверхности корочки.

При подаче посыпать зеленью петрушки или шинкованным зеленым луком.

Так же можно приготовить кильку, салаку, тюльку.

На 1 порцию — 60 г хамсы, 8 г муки, 15 г масла подсолнечного, 20 г лука репчатого, 50 г соуса, 150 г пюре картофельного, 4 г сыра, 3 г сухарей, зелень.

## Тюлька соленая, запеченная на сковороде

На порционную сковороду, смазанную жиром, положить ровным слоем половину нормы вареного картофеля, нарезанного ломтиками, а на него рыбу и слегка обжаренный лук. Затем рыбу обложить кружками вареного картофеля, полить белым соусом, посыпать молотыми сухарями, сбрызнуть жиром и запекать в течение 15—20 минут.

При подаче рыбу, запеченную на сковороде, полить жиром и посыпать измельченной зеленью петрушки или укропом.

Так же можно приготовить кильку, хамсу, салаку.

На 1 порцию — 60 г тюльки, 150 г картофеля, 20 г лука репчатого, 50 г соуса, 15 г масла подсолнечного, 5 г сухарей пшеничныху зелень.

## Рыба консервированная в сметане с картофелем

Консервированную (в собственном соку) натуральную рыбу разрезать на куски и положить на сковороду. Вокруг рыбы разместить ломтики картофеля, поджаренного с маслом. На куски рыбы можно положить ломтики вареных яиц и жареные белые грибы. Сверху залить соусов, приготовленным так: сметану вместе с соком рыбы поставить на огонь и, когда закипит, положить муку, смешанную с чайной ложкой масла. Дать прокипеть 1—2 минуты и, помешивая, посолить. Рыбу, залитую соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и поставить запекать в духовой шкаф на 10—15 минут.

При подаче на стол посыпать рыбу мелко нарезанной зеленью петрушки. К рыбе подать огурцы.

На 1 банку (350 г) консервов — 800 г картофеля, 2/3 стакана сметаны, 1 чайную ложку муки, 1 ст. ложку сыра тертого, 2 яйца, 200 г грибов свежих, 3 ст. ложки масла.

## Рыба, фаршированная кашей

Очистить целую рыбу. Отрезать голову около плавников, вынуть внутренности, не разрезая брюшка. Рыбу тщательно промыть, протереть полотенцем внутри брюшка, посолить и начинить гречневой кашей, смешанной с поджаренным луком и вареными рублеными яйцами. Сверху рыбу посыпать перцем и обвалять в муке, обжарить на сковороде с маслом и поставить в духовой шкаф. Через 5—6 минут вынуть, облить сметаной и опять поставить в шкаф на 3—5 минут, поливая с ложки образовавшимся соусом. Длительность запекания рыбы зависит от температуры духового шкафа и размера рыбы.

Рыбу лучше всего подать на стол на этой же сковороде или же переложить на подогретое блюдо вместе с соком. К рыбе подать огурцы, салат из овощей и фруктов или моченые яблоки.

Таким способом можно приготовить карпа, карася или сазана.

На 750 г рыбы — 100 г крупы гречневой, 2 яйца, 1 стакан сметаны, 1 луковицу, 1 ст. ложку муки, 3 ст. ложки масла.

### Солянка из рыбы на сковороде

Стушить для солянки свежую или квашеную капусту. Подготовленную рыбу нарезать на куски в 40—50 г, сложить отдельно в кастрюлю, посолить, посыпать перцем, добавить каперсы, огурцы, очищенные от кожицы и зерен и нарезанные ломтиками, прибавить томат-пюре, лук, нашинкованный и слегка поджаренный с маслом, стакан рыбного бульона или воды, 2 лавровых листика, накрыть кастрюлю крышкой и варить 15—20 минут.

Затем прибавить муку, смешанную с чайной ложкой масла, осторожно, не ломая кусков рыбы, размешать и кипятить 1—2 минуты. На дно сковороды положить третью часть тушеной капусты, разровнять, разложить поверх нее рыбу с гарниром, полить соусом, полученным при варке рыбы, покрыть остальной капустой, сровнять, посыпать толчеными сухарями, сбрызнуть маслом и поставить в духовой шкаф на 8—10 минут.

При подаче на стол уложить на солянку вымытые маслины. Украсить ее можно ломтиками лимона, маринованными вишнями, виноградом, сливами или брусникой и зеленью петрушки.

На 500 г филе рыбного — 1 кг капусты свежей или квашеной, по 2 ст. ложки масла, томата-пюре и сухарей толченых, 2 огурца соленых, 50 г каперсов, 50 г маслин, 2 луковицы.

Для тушения капусты — 2 ст. ложки томата-пюре, 2,5 ст. ложки масла или смальца, 1 луковицу, по 1 ст. ложке сахара и муки.

## РАКИ, КРАБЫ, КАЛЬМАРЫ

### Раки натуральные

Промытых раков положить в кастрюлю, добавить нарезанные морковь и лук, зелень петрушки, укроп, лавровый лист, соль, залить 4—5 стаканами кипятка и варить 10 минут.

Подавать раков на стол в кастрюле вместе с отваром или переложить в глубокую миску и залить отваром вместе с кореньями.

На 10 раков — по 1 моркови и луковице, маленький пучок зелени петрушки, 1 пучок укропа, 1 ст. ложку

соли.

## Раковые шейки консервированные с картофелем

Переложить из банки в кастрюлю раковые шейки вместе с соусом и прогреть. Отдельно в подсоленной воде сварить очищенный и разрезанный на четвертинки картофель. Когда картофель сварится, слить воду и заправить его разогретым маслом.

Подавая на стол, картофель положить на подогретое круглое блюдо, а в центре его поместить раковые шейки вместе с соусом. Посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Отдельно можно подать свежие огурцы или зеленый салат.

На 1 банку (340 г) раковых шеек в томатном соусе — 800 г картофеля, 2 ст. ложки масла.

## Раки в пиве

Раков в пиве варят так же, как натуральных раков, но воды берут меньше — 2 стакана, остальную воду заменяют пивом.

## Раки в белом вине

Промытых раков положить в разогретую кастрюлю, в которой предварительно растопить ложку масла, и обжарить до розового цвета, переворачивая вилкой. Посыпать раков солью, перцем, молотым тмином, положить 2 лавровых листика, залить белым вином и, накрыв кастрюлю, варить 10 минут.

Готовых раков вынуть, уложить в миску или на блюдо, накрыть крышкой. Из бульона, полученного при варке раков, приготовить соус. Процедить бульон сквозь сито в кастрюлю, поставить на огонь, добавить муку, смешанную с чайной ложкой масла. Прокипятить 1—2 минуты и, сняв с огня, прибавить еще масла, помешивая ложкой, пока оно не распустится в соусе. При подаче раков на стол блюдо украсить зеленью петрушки. Соус подать отдельно.

На 10 раков — 1 стакан вина, 1 чайную ложку муки, 1/4 чайной ложки тмина, 2 ст. ложки масла.

## Крабы с яично-масляным соусом

Выложить крабов из банки вместе с соком в кастрюлю, залить белым вином, накрыть крышкой и варить 5 минут.

Перед подачей на стол уложить крабов на середину подогретого круглого блюда, вокруг крабов разместить картофель, отваренный в подсоленной воде, очищенный и разрезанный на половинки. Крабов полить полученным соком. Отдельно подать яично-масляный соус. Блюдо украсить зеленью петрушки. К крабам можно подать малосольные огурцы или зеленый салат.

На 1 банку (225 г) крабов — 600 г картофеля, 1/2 стакана вина столового, 3/4 стакана соуса.

## Крабы, запеченные в молочном соусе

Нарезать крабов кусочками, сложить в кастрюлю вместе с соком, прибавить туда же сваренные и нарезанные ломтиками грибы (белые, шампиньоны) и чайную ложку масла. Накрыв посуду крышкой, варить на слабом огне 5 минут. Затем выложить все на сковороду, предварительно смазанную маслом, и полить молочным соусом, смешанным с натертым сыром. Сверху посыпать оставшимся сыром, сбрызнуть маслом, поставить на 5—6 минут в духовой шкаф подрумяниться и подать на стол. Соус молочный приготовить средней густоты.

На 1 банку (225 г) крабов — 1 стакан соуса молочного, 25 г сыра тертого, 200 г грибов свежих, 2 ст. ложки масла.

## Кальмар тушеный

Кальмары почистить, помыть и разрезать на куски. Обжарить, добавить вино, протушить, а затем положить протертые помидоры, нарезанную петрушку, перец и соль. Тушить до готовности. Заправить растертым чесноком.

На 1,5 кг кальмаров — 2/3 стакана масла растительного, 1/2 стакана вина сухого белого, 10 помидоров, 2 зубка чеснока, 1 ст. ложку петрушки нарезанной, соль, перец.

## Кальмар, тушенный в сметане

Кальмары почистить, помыть, слегка отбить, нарезать

небольшими кусочками, посолить, поперчить и обжарить. Затем положить мелко нарезанный лук, посыпать мукой и жарить до золотистого цвета. Сложить в кастрюлю, добавить сметану и воду. Тушить в закрытой кастрюле 30—40 минут.

Перед подачей на стол посыпать зеленью петрушки или укропом.

На 500 г кальмаров — 1 луковицу, 2 ст. ложки сметаны, 3 чайные ложки муки пшеничной, 3 ст. ложки масла растительного, перец, соль.

## Кальмар, тушенный с грибами

Кальмары почистить, помыть, разрезать на полоски. В сковороду с разогретым растительным маслом положить растертую кильку, вино и прокипятить. Полученную массу соединить с протертыми помидорами, кальмарами и грибами, отваренными до полуготовности. Посолить, поперчить, залить водой и тушить в течение часа на небольшом огне. Подать на стол в горячем виде.

На 1,5 кг кальмаров — 1/2 стакана масла, 5 килек вымоченных, 2 зубка чеснока, 1/2 стакана вина белого или красного, 5—6 помидоров, 2—3 грибка сушеных, перец, соль.

## Кальмар фаршированный

Кальмары тщательно почистить, промыть в холодной воде, просушить и отсечь щупальцы. Приготовить смесь из растительного масла, растертой кильки, чеснока, измельченных щупальцев кальмаров, петрушки, натертого хлеба, соли, перца и яиц. Все хорошо вымешать и наполнить этой смесью тушки кальмаров. Смазать сковороду растительным маслом, положить на нее кальмары, посолить, поперчить, добавить белое сухое вино и поставить в духовой шкаф. Подать на стол в горячем виде.

На 1,5 кг кальмаров — 1 стакан масла растительного, 4 кильки вымоченных, 2 зубка чеснока, 1 ст. ложку петрушки измельченной, 2 яйца, 2—3 ст. ложки хлеба натертого сухого, 1/3 стакана вина белого сухого, соль, перец.

## Голубцы с кальмаром и рисом

Кочан капусты помыть, вырезать кочерыжку, положить в кастрюлю с подсоленной водой и варить в течение 3—5 минут. Затем капусту вынуть, дать стечь воде, разобрать на отдельные листья и отбить их. На каждый лист положить фарш, завернуть, придавая голубцам продолговатую форму. Слегка обжарить на сливочном масле, сложить в кастрюлю, залить сметанно-томатным соусом и тушить на слабом огне до готовности. Перед подачей на стол голубцы полить соусом, в котором они тушились.

Для приготовления фарша кальмары почистить, помыть, разрезать на куски и пропустить вместе с луком через мясорубку. Рис отварить, промыть, добавить соль, черный перец и все хорошо перемешать.

На 500 г кальмаров — 2 стакана соуса, 3 ст. ложки риса, 3 ст. ложки масла сливочного, 1 кочан капусты, 2 луковицы, перец, соль.

### Бефстроганов из кальмара

Кальмары почистить, помыть, слегка отбить, нарезать кусочками шириной 5—8 см, посыпать солью, перцем и обжарить в масле с мелко нарезанным луком. Посыпать мукой, размешать и снова жарить до золотистого цвета. После этого добавить сметану и тушить до готовности.

На гарнир подать жареный или отварной картофель, соленые огурцы.

На 500 г кальмаров — 2,5 ст. ложки сметаны, 2 чайные ложки муки пшеничной, 1 луковицу, 2 ст. ложки масла растительного, перец, соль.

### Плов из кальмара

Кальмары почистить и помыть, слегка отбить и нарезать кусочками. Обжарить кальмары с луком и морковью, нарезанной соломкой. Сложить в кастрюлю и перемешать с рисом, сваренным до полуготовности. Добавить соль, масло, воду, закрыть крышкой и тушить в духовом шкафу 30—40 минут.

На 400 г кальмаров — 2 ст. ложки риса, 1/2 моркови, 2 ст. ложки масла растительного, 1 луковицу, перец, соль.

## СОУСЫ К РЫБЕ

Соусы являются основной составной частью рыбных блюд. Они разнообразят вкус и повышают их питательность. Для приготовления соусов используют бульон, в котором варилась рыба, или же его специально готовят из голов и костей, получаемых при очистке и разделке рыбы. Головы без жабер, кости и плавники хорошо промыть, сложить в кастрюлю, залить 2,5—3 стаканами холодной воды, добавить по 1 луковице и петрушке, мелко нарезанных, и поставить варить. Сваренный бульон процедить.

### Соус яично-масляный (к рыбе отварной)

Сварить вкрутую 2 яйца, очистить от скорлупы и мелко нарезать. Затем разогреть 100 г сливочного масла, положить в него нарезанные яйца, прибавить нарезанную зелень петрушки, отжать лимонный сок, посолить, перемешать и полить соусом рыбу или подать его отдельно в соуснике.

### Соус белый (к рыбе паровой и к рыбе в рассоле)

Столовую ложку муки поджарить в кастрюле с таким же количеством масла, развести двумя стаканами рыбного бульона и варить 7—10 минут. Затем соус посолить, снять с огня, прибавить лимонный сок или разведенную лимонную кислоту, кусочек сливочного масла, перемешать, чтобы масло соединилось с соусом, и процедить.

Для рыбы в рассоле лимонный сок и лимонную кислоту заменяют 1—2 ст. ложками огуречного рассола.

### Соус «Белое вино» (к рыбе паровой)

Очистить по 1 петрушке и луковице средней величины, обмыть, мелко нарезать и слегка поджарить в кастрюле с одной столовой ложкой масла и таким же количеством муки. Поджаренную муку с кореньями развести 2 стаканами рыбного бульона, посолить и варить 7—10 минут. Потом соус снять с огня, добавить в него сырой яичный желток, смешанный со столовой ложкой сливочного масла, тщательно перемешать и процедить сквозь сито или марлю.

Для улучшения вкуса в соус добавить 1—2 ложки белого столового вина и лимонный сок.

### Соус томатный (к рыбе отварной и паровой)

Взять по 1/2 моркови, петрушки, луковицы, очистить, промыть, мелко нарезать и поджарить в кастрюле с 1 ст. ложкой масла и таким же количеством муки. Затем прибавить 3 ст. ложки томата-пюре, размешать, развести 2 стаканами рыбного бульона, посолить и варить 8—10 минут на слабом огне. После этого соус снять с огня, положить 1 ст. ложку сливочного масла, перемешать до полного соединения его с соусом и процедить сквозь сито.

## Соус красный основной

Сварить коричневый бульон из обжаренных мясных костей и процедить. Часть этого бульона (1/5) слить в отдельную посуду, охладить (примерно до 50°), всыпать просеянную, слегка обжаренную без жира пшеничную муку (красная пассеровка) и размешать проволочным венчиком так, чтобы получилась однородная масса без комков. В остальной бульон положить слегка обжаренный томат-пюре, обжаренные коренья и лук, нагреть до кипения, затем влить бульон, смешанный с мукой, тотчас размешать и, периодически помешивая, варить при слабом кипении в течение одного часа.

По окончании варки добавить сахар, соус подкрасить жженым сахаром и процедить; оставшиеся на сите овощи протереть и соединить с соусом.

Для приготовления жженки сахарный песок положить на сковороду, смочить водой и, помешивая деревянной лопаточкой, нагреть до образования темно-коричневой (почти черной) окраски, затем влить холодную воду (2 части воды на 1 часть сахара). Когда сахар растворится, снять с огня и процедить.

На 1 л соуса для жженки — 5 г сахарного песка.

На 1000 г бульона коричневого — 30 г маргарина сливочного, 80 г моркови, 20 г корня петрушки, 40 г лука репчатого, 50 г муки пшеничной, 200 г томата-пюре, 25 г сахара.

## Соус белый

Горячую белую пассеровку, приготовленную на сливочном масле, развести горячим рыбным бульоном, предназначенным для приготовления соуса, и варить 45—50 минут. Готовый соус посолить, после чего процедить.

Для приготовления белой пассеровки муку нагревают, не допуская изменения ее окраски.

На 1100 г бульона рыбного — 50 г муки, 50 г масла.

## Соус рассол

В белый рыбный соус в конце варки добавить белое виноградное вино, прокипяченный, процеженный огуречный рассол и варить в течение 8—10 минут. Готовый соус заправить солью, молотым перцем, сливочным маслом и процедить.

На 850 г соуса белого — 100 г рассола, 50 г вина, 100 г масла, 0,2 г перца.

## Соус томатный с овощами

Морковь, петрушку и лук нарезать мелкими кубиками, примерно размером 1—2 мм, и слегка обжарить на масле. В подготовленные овощи влить белое вино, положить лавровый лист, перец горошком и уварить вино на 2/3 первоначального объема. Смесь соединить с томатным соусом и варить 15—20 минут, заправить сливочным маслом.

На 700 г соуса томатного — 100 г вина, 120 г масла, 140 г моркови, 60 г петрушки, 140 г лука репчатого, 2 г перца, 0,5 г лаврового листа.

## Соус томатный

В белый рыбный соус положить томат-пюре, спассеро- ванный с кореньями и луком, лавровый лист, перец горошком и варить при слабом кипении 25—30 минут, периодически помешивая. По окончаний варки в соус добавить соль, сахар, молотый красный перец, лимонный сок или лимонную кислоту, после чего соус процедить.

На 500 г соуса белого — 25 г масла сливочного, 500 г томата-пюре, 40 г лука репчатого, 40 г моркови, 30 г петрушки, 0,5 г лимонной кислоты, 10 г сахара, 1 г перца молотого красного, 0,5 г перца горошком, 0,2 г лаврового листа.

## Соус томатный с грибами

Мелко нашинкованный лук спассеровать на растительном

масле. Пассерованный лук и нарезанные тонкими кусочками шампиньоны или белые свежие грибы соединить с томатным соусом и варить 10—15 минут, после чего в соус добавить мелко нарубленный чеснок, соль.

На 900 г соуса томатного — 150 г грибов белых или шампиньонов, 100 г лука репчатого, 15 г масла, 5 г чеснока.

## Соус сметанный

В сметану, нагретую до кипения, добавить белую пассеровку (без жира), тщательно размешать, положить соль и перец молотый. Готовый соус процедить.

На 1 кг сметаны — 50 г муки, 50 г масла сливочною, 0,2 г перца молотого.

## Соус луковый с грибами

В мелко нарубленный пассерованный репчатый лук добавить вареные рубленые белые грибы или шампиньоны, перец горошком, лавровый лист и все вместе пассеровать 5—6 минут. Затем влить белое вино и уварить его на 1/3, после чего соединить с красным основным соусом, положить соль и варить 10—15 минут при слабом кипении. Заправить соус сливочным маслом.

На 800 г соуса красного основного — 45 г маргарина сливочного, 30 г масла сливочного, 300 г лука, 5 г сахара, 75 г 9%-ного уксуса, 0,5 г перца горошком, 0,2 г лаврового листа.

## Соус молочный

Белую горячую пассеровку(см.«Соус белый») развести горячим молоком, непрерывно помешивая веселкой, положить соль и кипятить 5—7 минут. В соус средней густоты можно добавить сырые яичные желтки (3—4 шт. на 1 кг соуса).

## Соус яично-масляный (голландский) с лимонным соком

Первый способ. В глубокий сотейник влить сырые яичные

желтки и холодную воду, добавить нарезанное кусочками сливочное масло и варить при непрерывном помешивании лопаткой или венчиком. Как только смесь слегка загустеет, нагревание прекратить и заправить соус солью и лимонным соком или лимонной кислотой.

Второй способ. Яичные желтки проварить с водой, как описано выше, но без масла. Когда образуется сметанообразная масса, нагрев прекратить и, непрерывно помешивая, вливать в нее тонкой струей растопленное сливочное масло без сыворотки. Заправить соус солью и лимонным соком.

На 800 г масла сливочного — 100 г воды, 12 яиц (желтки), 2 лимона или 2 г лимонной кислоты.

## Соус горчичный

В яично-масляный (голландский) соус добавить готовую столовую горчицу и хорошо размешать.

На 1 кг соуса яично-масляного (голландского) — 50 г горчицы.

## Соус польский

В растопленное сливочное масло добавить мелко нарезанные или рубленые вареные яйца, соль (если масло несоленое), лимонную кислоту или лимонный сок, мелко нарезанную зелень петрушки и перемешать.

На 700 г масла сливочного — 8 яиц, 20 г зелени петрушки, 2 г лимонной кислоты.

## Соус каперсы

В яично-масляный (голландский) соус положить прогретые каперсы в целом виде.

На 1 кг соуса яично-масляного (голландского) — 200 г каперсов (без рассола).

## Соус хрен с уксусом

Очищенный промытый хрен измельчить, затем слегка

порубить ножом, положить в посуду, залить кипятком, закрыть посуду крышкой. Когда хрен остынет, добавить уксус, соль, сахар и размешать.

На 300 г корня хрена — 250 г 9%-ного уксуса, 450 г воды, 20 г сахара, 20 г соли.

## Соус майонез с корнишонами

Корнишоны мелко нарубить, положить в приготовленный соус майонез, добавить соус «Южный» и хорошо перемешать до получения однородной массы. Корнишоны можно полностью или частично заменить соответствующим количеством пикулей и каперсов.

Этот соус готовят также с майонезом ка белом соусе или со сметаной.

На 750 г соуса майонез — 40 г соуса «Южный», 250 г корнишонов.

## Соус «Белое вино»

Корень петрушки и репчатый лук мелко нарезать, спассеровать, положить в белый рыбный соус и варить при слабом кипении 30—35 минут. Перед окончанием варки в соус добавить вскипяченное белое виноградное вино (лучше рислинг), затем, прекратив нагревание, охладить соус до 70°, добавить сырые яичные желтки, предварительно проваренные с кусочками сливочного масла. Соус надо непрерывно помешивать, чтобы желтки не свернулись, положить в него соль, молотый перец, лимонный сок или лимонную кислоту. После этого соус процедить.

На 900 г соуса белого — 100 г масла сливочного, 40 г лука репчатого, 30 г петрушки, 4 яйца (желтки), 100 г вина, 1 г лимонной кислоты, 0,2 г перца молотого.

## Масло селедочное

Первый способ. Филе сельди замочить в молоке или чае. Через 6—8 часов вымоченное филе протереть через сито. Размягченное сливочное масло положить в кастрюлю, добавить протертую сельдь, столовую горчицу и очень тщательно взбить лопаткой.

Это масло можно приготовить также из молок сельди.

На 750 г масла сливочного — 250 г сельди, 30 г горчицы столовой.

Второй способ. Приготовить селедочное масло, как описано выше, но добавить натертый зеленый сыр.

На 680 г масла сливочного — 250 г сельди, 70 г сыра зеленого.

## Масло анчоусное

Изрубленные каперсы и корнишоны, анчоусы, желтки сваренных яиц истолочь в ступке и протереть через сито. В, кастрюлю положить размягченное сливочное масло, добавить протертую анчоусную смесь и выбить лопаткой. Затем в масло добавить уксус, красный острый перец, соль и снова хорошо выбить.

На 150 г анчоусов — 750 г масла сливочного, 5 яиц (желтки), 50 г каперсов, 50 г корнишонов, 0,2 г перца красного горького, 25 г 3%-ного уксуса.

# МЯСО

Мясо — говядина, свинина, баранина — один из важнейших продуктов питания, обладающий прекрасными кулинарными качествами. Оно легко комбинируется с различными продуктами — овощами, крупами, макаронными изделиями, приготовляемыми в виде гарниров. Наряду с полноценными белками оно содержит жир и так называемые экстрактивные вещества, которые почти не имеют питательной ценности, но служат сильными возбудителями отделения пищеварительных соков и благодаря этому способствуют лучшему усвоению пищи.

Вес мяса при варке уменьшается в среднем на 40%, преимущественно за счет выделяемой свертывающимися белками воды. Из 1 кг сырого мяса получается около 600 г вареного. Вместе с водой из мяса выделяются экстрактивные вещества, соли и желатин, последний выделяется также из костей и хрящей. Все эти вещества растворяются в воде, в которой варится мясо, и образуют бульон. Жир собирается на поверхности бульона. Питательная ценность мяса при варке практически не уменьшается, так как самая ценная составная часть его — белки — сохраняется в нем почти полностью. Лишь небольшое количество белков переходит в бульон и образует пену.

При жарении мясо также теряет много воды, выделяющейся, главным образом, в виде пара; поэтому экстрактивные вещества в большей своей части остаются в мясе. Благодаря наличию в жареном мясе значительного количества экстрактивных веществ и образованию на его поверхности во время жарения специфической корочки, оно имеет особенно приятный вкус и аромат. Ужаривается мясо на 35—38%. Это значит, что из 1 кг сырого мяса получается 620—650 г жареного. Сок, образующийся на дне посуды при жарении мяса, состоит из воды, жира и экстрактивных веществ.

Свежее мясо, используемое для приготовления пищи, должно иметь нормальный цвет, запах и упругую консистенцию. Ямка, образующаяся при надавливании пальцем, у доброкачественного мяса быстро выравнивается.

*Говядина.* Говяжью тушу разрубают на отдельные части, распределяющиеся на три сорта. Для жарения годятся только некоторые части первого сорта, например, филей, оковалок. Эти части жарят как небольшими порциями, так и крупными кусками (до 2 кг весом).

Самая лучшая часть говяжьей туши — вырезка. Так называют куски мяса, вырезанные из длинных мышц, расположенных по

обеим сторонам поясничной части позвоночника по внутренней поверхности туши.

Части задней ноги — кострец и огузок — могут быть использованы для разных целей. Из них получается прекрасное тушеное и отварное мясо. Они хороши и на рубку для котлет, биточков, а также для различных супов.

Для жирных супов (щи, борщи) особенно хороша грудинка. Лопаточная часть идет для тушения мелкими кусками (гуляш), а также, как и все остальные части второго сорта, на супы; мясо третьего сорта используется только для бульонов.

*Свинина*. Свиные туши разрубают на 8 частей, которые делятся на два сорта.

К первому сорту относятся лопаточная и спинная (корейка) части, грудинка, поясничная часть с пашиной и окорок, ко второму — баки с шейным зарезом, предплечье (рулька) и голяшка. Свинину первого сорта можно готовить любым способом — жарить, тушить, варить. Свинина второго сорта годна для варки (на студни) и в рубленом виде.

*Баранина*. Бараньи туши при разрубке делят на 8 частей, которые распределяются на три сорта. К первому сорту относятся спинно-лопаточная и задняя части; ко второму — шея (без зареза), грудинка и пашина; к третьему сорту — зарез, рулька и задняя голяшка.

Задняя часть хороша для жарения как небольшими (тонкими), так и большими кусками. Спинно-лопаточную часть и грудинку целесообразно использовать для супов или мелкими кусками для рагу, плова. Остальные части идут только для супов или в рубленом виде.

*Мясные субпродукты*. Много питательных и вкусных блюд можно приготовить из печени, почек, сердца, мозгов, языка. По питательной ценности они не уступают мясу, а по содержанию витаминов некоторые из них превосходят его. Особенно богата витаминами печень (витамины А, В1, В2 и С). Печень (говяжья, телячья, свиная) очень хороша жареная или тушеная, почки телячьи и бараньи — жареные, а говяжьи — приготовленные в соусе; легкое и сердце — тушеные, в соусе; рубец — отварной и тушеный; мозги (говяжьи и телячьи) — жареные; языки — отварные; ножки (телячьи, свиные, бараньи) — отварные или жареные (после предварительного отваривания), из них также готовят студень.

**Подготовка мясных продуктов для варки и жарения**. Мороженое мясо следует обмыть, положить в кастрюлю или тазик, покрыть и оставить на 2—3 часа на кухне, чтобы оно постепенно оттаяло. Нельзя размораживать мясо в воде или

класть его в теплое место, так как от этого качество мяса сильно ухудшается. Сок, выделившийся при оттаивании, можно использовать при приготовлении отдельных мясных блюд. Обмытое мясо следует очистить от пленок и сухожилий. Нарезанные поперек волокон куски мяса для жарения нужно слегка отбить тяпкой или специальным деревянным молотком.

## ОТВАРНОЕ МЯСО

Мясные продукты для вторых блюд следует варить так, чтобы максимально сохранить их вкусовые качества. Куски мяса нужно заливать кипящей водой настолько, чтобы вода только покрывала их.

Лучшее по вкусовым качествам и консистенции отварное мясо получается из оковалка и костреца. Эти части туши варят при пониженной температуре, для чего, как только вода с мясом закипит, уменьшают нагрев и продолжают варку без кипения. Мясо, сваренное таким образом, получается более сочным и богатым экстрактивными и минеральными веществами.

Бульон после варки мясных продуктов может быть использован для приготовления первых блюд и для соусов.

### Говядина отварная под соусом с хреном

Подготовленное обмытое мясо (огузок, кострец, оковалок, грудинка) целым куском положить в кастрюлю и залить горячей водой так, чтобы она только покрыла мясо. Кастрюлю накрыть крышкой и поставить на огонь. Когда вода закипит, снять шумовкой накипь и варить на слабом огне 2—2,5 часа. За 30 минут до окончания варки добавить очищенные и нарезанные дольками морковь, репу, белые части лука-порея или дольки репчатого лука (хорошо также добавить сельдерей, петрушку или пастернак — 30—40 г), 2 лавровых листика, 5—8 горошин перца (или 5—10 г стручкового красного перца) и соль. Когда мясо и овощи будут готовы, бульон слить для приготовления соуса с хреном, а кастрюлю с мясом накрыть крышкой.

Перед подачей на стол мясо нарезать небольшими ломтиками, положить на блюдо с овощами, добавить картофель и залить соусом.

На 500 г мяса (мякоти) — 800 г картофеля, 2 моркови, 1 лук-порей, 1 репу.

### Солонина отварная под соусом с хреном

Солонину вымочить и целым куском положить в кастрюлю, залить холодной водой. Когда вода закипит, снять шумовкой пену, добавить коренья, лук и варить 2—3 часа при слабом кипении. Готовую солонину вынуть, нарезать небольшими ломтиками, уложить на блюдо и залить соусом с хреном.

Гарнир — картофельное или гороховое пюре, отварной картофель.

На 500 г солонины — 800 г картофеля, 1 морковь, 1 луковицу, 1 петрушку, 2 ст. ложки масла.

## Говядина отварная с грибами

Говядину вместе с костями сварить с добавлением лука, петрушки и моркови до готовности, порезать небольшими ломтиками, а бульон процедить. Очищенный лук и вареные сушеные или свежие грибы мелко нарезать, слегка обжарить на сливочном масле, добавить пассерованную муку, сметану, все хорошо смешать, развести бульоном, проварить и заправить' мелко нарезанной зеленью петрушки, маслом и солью.

Нарезанное мясо положить в смазанный сливочный маслом сотейник вперемешку с грибной подливой, залить оставшейся подливой, посыпать сухарями и поставить в духовой шкаф зарумяниться.

Говядину подать на стол с жареным картофелем.

На 1 кг говядины (без костей) — 60 г сушеных или 160 г свежих грибов, 1 стакан сметаны, 1 ст. ложку муки пшеничной, 2 луковицы, 1/2 корня петрушки, 1 морковь, 1 ст. ложку сухарей, 2 ст. ложки масла сливочного, 1,5 стакана бульона мясного, 2 ст. ложки нарезанной зелени петрушки, соль.

Для гарнира — 1 кг картофеля, 2 ст. ложки масла сливочного.

## Телятина с морковью

Мясо нарезать на порции, погрузить в кипящую воду. За 25—30 минут до окончания варки посолить. Когда мясо станет мягким, положить морковь, нарезанную ломтиками, натертый лук, масло, специи, очищенные и мелко нарезанные помидоры, подсушенную муку. Довести до готовности на слабом огне.

Перед подачей на стол посыпать рубленой зеленью. Гарнир —

отварной или жареный картофель.

Тонкий аромат отварного мяса проявится гораздо сильнее, если его подать под белым или паровым соусом.

На 160 г телятины — 40 г моркови, 25 г лука репчатого, 17 г масла сливочного, 75 г помидоров, 10 г муки, лавровый лист, тмин, соль, зелень, перец молотый красный.

## Баранина в соусе с овощами

Мясо нарезать по 2—3 куска на порцию, положить в кипящую воду или бульон, сваренный из костей (примерно 1 л жидкости на 1 кг мяса), и варить на слабом огне, снимая пену. Через 10—15 минут мясо вынуть, промыть холодной водой, залить процеженным бульоном и проварить 15—20 минут. Добавить картофель, морковь, петрушку и лук, нарезанные дольками, капусту, нарезанную шашками (4х4 см), рубленый чеснок, лавровый лист, соль и стушить до готовности. Затем половину бульона соединить с пассерованной мукой. Прокипятив 5—10 минут, влить обратно в посуду с мясом и, осторожно перемешав, нагреть до кипения.

Подать на стол вместе с овощами и соусом, посыпав рубленой зеленью.

Это блюдо можно готовить также в керамических порционный горшочках и в них же подать.

На 120 г баранины (грудинка и лопатка) — 75 г картофеля, 25 г моркови, 10 г корня петрушки, 20 г лука репчатого, 60 г капусты белокочанной, 1/2 зубочка чеснока, 3 г муки, соль, зелень, лавровый лист.

## Баранина отварная в белом соусе

Баранину (заднюю часть, грудинку, лопатку) помыть, положить в кастрюлю и залить кипящей водой, чтобы она только покрыла мясо, кастрюлю накрыть крышкой и поставить на слабый огонь. После закипания снять накипь и варить при слабом кипении 1—1,5 часа. Через 30—40 минут после начала варки добавить очищенные и промытые овощи и соль. Готовую баранину и овощи вынуть из бульона, баранину нарезать тонкими ломтиками, уложить на блюдо.

Загарнировать отварным картофелем, нарезанными овощами и полить белым соусом, приготовленным на бульоне, полученном

при варке баранины.

На 500 г баранины — 600 г картофеля, 1 репу, 2 луковицы, 2 моркови, по 1 ст. ложке муки и масла (для соуса).

## Баранина с фасолью

Нарезанную небольшими кусками баранину посолить, посыпать перцем, обжарить на масле, переложить в неглубокую кастрюлю, добавить предварительно замоченную фасоль, 2,5—3 стакана воды и варить около часа. Затем добавить слегка поджаренный лук, нарезанные помидоры и тушить в течение 30—40 минут.

При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

На 500 г баранины — 1 стакан фасоли, 1 луковицу, 200 г помидоров, 2 ст. ложки масла.

## Свинина отварная под соусом

Куски мякоти зачистить, свернуть рулетом и перевязать шпагатом. Мясо положить в горячую воду (1—1,5 л воды на 1 кг мяса). Добавить коренья и лук, быстро довести до кипения и затем варить при температуре 80—85°. За 30 минут до окончания варки ввести соль и лавровый лист. Готовое мясо вынуть, нарезать поперек волокон тонкими кусками (по 1—2 на порцию, из грудинки предварительно удалить кости), залить бульоном и держать на плите.

Подать на стол под соусом. Гарнир — отварной картофель, картофельное пюре или сложный овощной.

На 130 г свинины (задняя нога, лопатка, грудинка) — 5 г моркови, 2 г корня петрушки, 5 г лука репчатого, лавровый лист, соль, 75 г соуса лукового с горчицей или томатного с грибами и овощами, или сметанного с хреном.

## Поросенок отварной с хреном

Подготовленного поросенка отварить в несоленой воде до готовности, затем отвар посолить, охладить в нем поросенка до 50—60° и нарезать порциями.

Подать на стол с отварным картофелем, который полить

сметанной подливой с хреном.

Приготовление подливы. Хрен натереть на терке, слегка поджарить на сливочном масле, добавить душистый перец, уксус и кипятить до тех пор, пока уксус не испарится почти полностью. Спассерованную на масле муку развести бульоном, проварить с добавлением сметаны и соли, процедить, соединить с хреном, хорошо проварить и заправить маслом.

На 1 кг поросятины — 1,5 кг картофеля, 1 ст. ложку муки пшеничной, 1 ст. ложку масла сливочного, 200 г хрена, 1 ст. ложку 9%-ного уксуса, 1 стакан сметаны, 2 стакана бульона, соль, перец.

## Грудинка свиная с рисом

Свиную грудинку очистить от жил и пленок, промыть, нарезать кубиками, положить в кипящую воду, добавить очищенные и нарезанные морковь, лук и петрушку, соль, перец и варить до полуготовности. Отваренную грудинку положить в сотейник или кастрюлю слоями со сваренным до полуготовности рисом так, чтобы сверху был рис, полить процеженным бульоном и маслом и поставить в духовой шкаф на 25—30 минут.

При подаче на стол грудинку полить подливой, для которой пшеничную муку спассеровать на сливочном масле, развести бульоном, посолить и проварить.

На 600 г грудинки — 2 ст. ложки масла сливочного, 3/4 стакана риса, 1/2 луковицы, по 1/2 моркови и корня петрушки, соль, перец.

Для подливы — 1 ст. ложку муки, 1 ст. ложку масла сливочного, 1,5 стакана бульона.

## Сосиски

Сосиски положить в горячую воду, поставить на огонь и довести воду до кипения: через 5—10 минут после этого вынуть сосиски из кастрюли и уложить на блюдо.

На гарнир дать картофельное пюре или тушеную капусту.

Сосиски можно подать к столу и натуральные (отварные — без гарнира), а также в обжаренном виде. В этом случае сосиски, прогретые в воде, нужно положить на сковороду и поджарить в масле. На блюде укладывают горкой гарнир и сверху кладут горячие сосиски.

На 500 г сосисок — 500 г картофеля, 1 ст. ложку масла, 1/2 стакана молока (для картофельного пюре).

## Сардельки

Сардельки положить в горячую воду, довести до кипения и выдержать 10—15 минут, чтобы они прогрелись. Сардельки подаются в натуральном виде (отварные) или с гарниром, а также обжаренные. В этом случае сардельки разрезают пополам (вдоль) и обжаривают в масле. При подаче на стол этим же маслом поливают гарнир.

На 500 г сарделек — 500 г картофеля, 1 ст. ложку масла, 1/2 стакана молока (для картофельного пюре).

## Ветчина с горошком

Копченую ветчину обмыть холодной водой и варить так же, как и солонину. Перед подачей к столу с ветчины снять кожу, нарезать тонкими ломтиками, уложить на блюдо и полить 2—3 ложками процеженного отвара, полученного при варке ветчины. На гарнир подать зеленый горошек, заправленный маслом.

Для приготовления ветчины с горошком можно использовать и готовую вареную ветчину. За 3—5 минут до подачи ломтики ветчины залить горячей водой или мясным бульоном и прогреть, не доводя до кипения. На гарнир к ветчине, кроме зеленого горошка, можно подать пюре из шпината, щавеля, гороха или картофеля, а также тушеную капусту или консервированную кукурузу.

Ветчину с горошком можно полить красным соусом с добавлением мадеры.

На 500 г — 1 морковь, 1 петрушку, 1 луковицу, 1 банку (400 г) горошка консервированного (или 100 г сушеного), 1/2 ст. ложки сахара, 1 ст. ложку масла.

## Колбаса с луком

Вареную колбасу нарезать тонкими ломтиками, уложить в салатник или на блюдо, сверху поместить репчатый лук, нарезанный тонкими кольцами, полить заправкой из масла, горчицы и уксуса, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропом.

## Язык под белым соусом с изюмом

Хорошо вымытый свежий язык положить в кастрюлю, добавить очищенные, вымытые и нарезанные коренья, лук, соль. Залить горячей водой и, поставив на огонь, варить в течение 2—3 часов. После варки язык вынуть, обмыть холодной водой и немедленно снять с него кожу. На бульоне, полученном при варке языка, приготовить соус. Для этого столовую ложку муки слегка поджарить с таким же количеством масла, развести процеженным бульоном (1,25 стакана), вскипятить, добавить перебранный вымытый изюм и проварить 5—10 минут, после чего снять с огня, посолить, прибавить лимонный сок, кусочек масла и перемешать.

При подаче к столу язык нарезать тонкими ломтиками, уложить на блюдо, положить гарнир (зеленый горошек, макароны, тушеную капусту, картофельное или гороховое пюре), после чего полить язык приготовленным соусом.

Язык можно полить соусом и без добавления изюма, а также приготовить и без соуса, полив бульоном.

Так же можно приготовить свежие языки свиные; варить их надо в течение 1—2 часов.

На 1 свежий язык (говяжий) — 1 морковь, 1 петрушку, 1 луковицу, 100 г изюма, 1 ст. ложку муки, 2 ст. ложки масла.

## Язык говяжий под яблочным соусом

Язык помыть, залить холодной водой и варить на слабом огне 2—4 часа. За час до окончания варки положить соль, петрушку, лук и лавровый лист. Готовый язык вынуть, переложить в посуду с холодной водой и тотчас снять с него кожу.

Приготовить соус: яблоки очистить от кожицы и семян, нарезать ломтиками, припустить с водой до мягкости и протереть через сито. Массу заправить вином, солью, сахаром, тертой цедрой, перемешать и немного проварить.

Перед подачей на стол язык нарезать наискось широкими тонкими ломтями (по 1—2 на порцию), залить соусом и прогреть.

На 900 г языка — 40 г лука репчатого, 60 г моркови, 40 г корня петрушки.

Для соуса — 225 г яблок, 15 г вина столового красного, соль, сахар, цедра лимонная или 1/2 лимона.

## Язык соленый с гарниром

Язык тщательно промыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить коренья, лук и варить 3—3,25 часа на слабом огне. Готовый язык вынуть, обмыть холодной водой и немедленно снять с него кожу.

Очищенный язык нарезать тонкими ломтиками, уложить на блюдо, полить 2—3 ст. ложками бульона и растопленным маслом.

На гарнир подать зеленый горошек, заправленный маслом или макароны, тушеную капусту, картофельное или гороховое пюре.

## Мозги отварные

В сотейник или неглубокую широкую кастрюлю в один ряд положить мозги, залить водой, подкисленной уксусом или лимонной кислотой, добавить соль, перец горошком, лавровый лист, лук, петрушку, сельдерей, морковь, довести до кипения и затем варить при слабом кипении около 30 минут.

Вареные мозги разрезать на 2—4 части и горячими положить на мелкую столовую тарелку, полить мясным паровым соусом или белым соусом с яйцом, положить ломтики отварных шампиньонов или белых грибов. Гарнировать отварными овощами, картофельным пюре, рассыпчатой рисовой кашей.

На 135 г мозгов — 4 г моркови, 4 г лука репчатого, 3 г корня петрушки, 5 г 3%-ного уксуса или лимонной кислоты, 40 г шампиньонов или грибов белых свежих, 100 г гарнира, 100 г соуса.

## Вымя отварное в соусе

Вымя отварить крупными кусками так же, как мясо. Нарезать на куски по 2—3 на порцию толщиной около 5 мм, прогреть в соусе и подать с гарниром. Лучшие соусы — сметанный с луком, сметанный с хреном. Можно прогреть вымя в красном основном, луковом, красном с луком и огурцами соусах. На гарнир подать картофель отварной, картофельное пюре, отварные овощи, макаронные изделия, рассыпчатые и вязкие каши.

На 180 г вымени — 4 г моркови, 4 г лука репчатого, 3 г корня петрушки, 150 г гарнира, 100 г соуса.

### Рубец отварной

Свежий, тщательно вымытый рубец ошпарить кипятком, очистить ножом и снова промыть в холодной воде. Подготовленный рубец нарезать крупными квадратами или свернуть рулетом и связать нитками, положить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить соль, перец, лавровый лист, по 1 моркови, петрушке, луковице. Варить 4—5 часов.

Сваренный рубец нарезать в виде лапши и заправить белым соусом, приготовленным на бульоне. В белый соус можно добавить томат-пюре. Сваренный рубец можно подавать и холодным, нарезав тонкими ломтиками или мелкими кусками. Отдельно подать хрен с уксусом, огурцы, салат из помидоров или из белокочанной капусты.

## ТУШЕНОЕ МЯСО

### Говядина тушеная с макаронами

Мясо (огузок, кострец, оковалок) обмыть, посолить и целым куском положить на сковороду, затем обжарить со всех сторон до образования на мясе румяной корочки. Обжаренное мясо переложить в кастрюлю, добавить томат-пюре, 3—4 стакана бульона или горячей воды, очищенные, промытые и нарезанные коренья и лук, лавровый лист (2—3 листика) и 8—10 горошин перца (или 1/10 шт. стручкового). Накрыть кастрюлю крышкой и поставить тушить на 2—3 часа. Примерно за 30—40 минут до окончания тушения добавить столовую ложку муки, поджаренной до темно-коричневого цвета с таким же количеством масла. Чтобы мука не заварилась комочками, ее следует предварительно развести небольшим количеством бульона, после чего размешать и продолжать тушить на слабом огне до готовности мяса.

При подаче на стол мясо вынуть из соуса, нарезать ломтиками, уложить на блюдо. Гарнировать макаронами, заправленными маслом. Соус посолить, процедить сквозь сито и полить им мясо.

На гарнир к тушеной говядине вместо макарон могут быть поданы картофельные крокеты, жареный картофель, печеные яблоки, тушеная капуста и отдельно — огурцы, салат или маринованные фрукты и ягоды.

На 500 г мяса (мякоти) — 200 г макарон, 1 ст. ложку томата-пюре, по 1 моркови, луковице и петрушке, 1 ст. ложку муки, 2 ст. ложки масла.

## Говядина, тушеная с луком и картофелем

Мясо — мякоть (огузок, кострец) обмыть, нарезать кусками весом 80—150 г, посолить, посыпать перцем, обвалять в муке и обжарить на сковороде со всех сторон до образования румяной коротки. Затем мясо сложить в кастрюлю. На сковороду, где жарилось мясо, влить 1 стакан воды, вскипятить, процедить сквозь сито в кастрюлю с мясом, добавить еще 2 стакана горячей воды, накрыть кастрюлю крышкой и поставить тушить на слабый огонь на 2—2,5 часа. После тушения к мясу добавить отдельно поджаренный, мелко нарезанный лук и обжаренный целый или разрезанный на 2—4 части картофель, 1 лавровый листик, 2 шт. гвоздики и 5—6 горошин перца (или 1/10 шт. стручкового), после чего продолжать тушить мясо в течение получаса.

При подаче на стол мясо посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропом. Отдельно можно подать огурцы, салат зеленый или из помидоров.

На 500 г мяса — 800 г картофеля, 2—3 луковицы, 1 ст. ложку муки, 2 ст. ложки масла.

## Гуляш

Мясо (огузок, оковалок, лопаточную часть) обмыть, нарезать кусочками в виде кубиков, посыпать солью, перцем и обжарить на сковороде с маслом. После окончания жарения добавить мелко нарубленный лук, мясо посыпать мукой и все вместе слегка поджарить. Подготовленное мясо сложить в кастрюлю, залить 2—3 стаканами бульона или воды, добавить томат-пюре, 1—2 лавровых листика, накрыть крышкой и поставить тушить на 1—1,5 часа.

Гуляш подать с жареным или отварным картофелем, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки или укропом.

На 500 г мяса — 1 кг картофеля, 2 луковицы, 1 ст. ложку муки, 3 ст. ложки томата-пюре и столько же масла.

## Солянка по-грузински

Мясо (филейная часть, тонкий край, кострец) обмыть, зачистить от сухожилий, нарезать небольшими кусками, добавить мелко нарезанный репчатый лук и обжарить в масле на разогретой сковороде.

Обжаренное мясо переложить в невысокую кастрюлю, добавить томат-пюре, очищенные и нарезанные ломтиками соленые огурцы, дольку чеснока, посолить, влить виноградное вино, 2—3 ст. ложки мясного бульона и, накрыв кастрюлю крышкой, тушить в течение 30—40 минут.

Перед подачей на стол солянку посыпать зеленью петрушки.

На 400—500 г мяса (мякоти) — 2 луковицы, 2 огурца соленых, 2 ст. ложки томата-пюре, 1/4 стакана вина виноградного, 2—3 ст. ложки масла.

## Мясо с айвой

Мясо (филейная часть, кострец, огузок) обмыть, нарезать небольшими кусками (из расчета 3—4 куска на порцию), положить в невысокую кастрюлю и обжарить на разогретом масле. Обжаренное мясо залить водой так, чтобы она покрыла мясо, и тушить около часа. Айву нарезать дольками, очистить от кожицы и сердцевины, положить в кастрюлю с мясом, добавить поджаренный лук, соль, перец и тушение продолжать до полной готовности мяса.

При подаче на стол мясо с айвой переложить на подогретое блюдо и посыпать зеленью петрушки или укропом.

На 400 г мяса (мякоти) — 40 г айвы, 1 луковицу, 2 ст. ложки масла.

## Говядина, тушенная в кисло-сладком соусе

Мясо нарезать на порционные куски, слегка отбить, кончиком ножа перерезать сухожилия, посолить, поперчить, запанировать в муке, обжарить на сковороде. Затем уложить в один ряд в сотейник, сверху положить нарезанные дольками и обжаренные овощи; добавив томат, влить горячий бульон или воду (мясо должно быть полностью покрыто) и тушить около часа. После этого заправить лавровым листом, перцем горошком, сахаром, уксусом. Засыпать толчеными сухарями и довести до готовности на слабом огне.

При подаче на стол в тарелку положить порцию мяса, гарнир (отварные макароны; отварную фасоль, заправленную маслом; жареный или отварной картофель; картофельное пюре; овощи, припущенные с маслом) и полить соусом, в котором тушилось мясо. Посыпать рубленной зеленью.

На 130 г говядины (задняя часть, заплечная часть лопатки) — 10 г муки, 10 г сала топленого, 25 г лука репчатого, 10 г моркови, 10 г корня петрушки, 15 г томата-пасты, 8 г сахара, 3 г уксуса, 10 г сухарей ржаных, соль, специи, зелень.

## Говядина, шпигованная овощами

Подготовленные крупные куски мяса нашпиговать морковью и петрушкой или морковью и салом, нарезанным брусочками. Уложить на разогретую с жиром сковороду, обжарить до образования корочки, переложить в сотейник, залить бульоном или водой (мясо должно быть до половины в жидкости) и довести до кипения. Через 5—10 минут положить нарезанные дольками и пассерованные морковь, петрушку и лук, томат, а еще через несколько минут — перец горошком, лавровый лист, соль. Накрыв посуду крышкой, довести до кипения и тушить до готовности, периодически переворачивая мясо.

Готовое мясо переложить на противень и, добавив бульон, поставить на несколько минут в духовой шкаф. Затем вынуть, аккуратно нарезать поперек волокон на ломти (по 1—2 на порцию) и положить в сотейник. Влив немного бульона или соуса, довести до кипения.

Гарнир — отварной картофель, отварные или припущенные овощи, отварные макаронные изделия, рассыпчатые каши, бобовые, заправленные маслом. Подать под соусом, расположив гарнир «букетом» и посыпав зеленью.

Так же можно приготовить баранину, козлятину и свинину.

На 170 г говядины — 15 г моркови, 15 г корня петрушки, 120 г лука репчатого, 10 г сала-шпик, 15 г томата-пасты, 8 г жира свиного или говяжьего, соль, специи, зелень.

## Говядина, тушенная в сметанном соусе

Мясо нарезать поперек волокон на порционные куски толщиной 1 см, отбить, посыпать солью и перцем, смазать горчицей. Положив на каждый кусок слой тушеного в сметане лука, свернуть рулетики. Изделия уложить в сотейник, залить сметанным соусом и стушить.

На 130 г говядины (задняя нога, заплечная часть лопатки) — 30 г горчицы столовой, 60 г лука репчатого,

25 г сметаны, соль, перец.

Для соуса — 50 г сметаны, 5 г муки, 20 г масла сливочного, соль, перец.

## Рулет, фаршированный печенью

Мясо нарезать поперек волокон большими пластами, отбить до толщины 1 см, посыпать солью и перцем. Приготовить фарш: печень отварить до полуготовности, пропустить через мясорубку вместе с размоченным в молоке к отжатым хлебом; добавив шпик, пассерованный лук, соль, перец и сырые яйца, фарш хорошо размешать и выложить на пласты мяса. Свернуть их рулетом, перевязать шпагатом, обжарить до румяного цвета, уложить в сотейник. Добавив пассерованный лук, вино и бульон, стушить.

Готовый рулет освободить от шпагата, нарезать ломтиками, уложить на блюдо и полить соусом, в котором он тушился, с добавлением сметаны и тушеных грибов. Посыпать зеленью петрушки.

На 230 г говядины — 30 г печени, 7 г хлеба пшеничною, 20 г молока, 7 г сала-шпик, 30 г лука репчатого, 1/6 яйца, 10 г сала топленого, 20 г вина столового белого, 30 г грибов свежих, 30 г сметаны, соль, перец, зелень.

## Говядина, тушенная с квасом

Морковь и лук нашинковать, обжарить на сале, туда же положить нарезанное кусочками мясо, посолить, поперчить и поджарить. В конце жарения добавить томат. Затем переложить массу в глиняный горшок или кастрюлю, залить квасом, посыпать сухарями, специями и стушить.

Гарнировать отварным картофелем.

На 900 г говядины — 60 г сала топленого, 3 луковицы, 3 моркови, 900 мл кваса, 1 стакан сухарей молотых, перец черный молотый, соль.

## Душенина с почками

Подготовленные крупные куски говядины обжарить до румяного цвета вместе с очищенными и нарезанными морковью, петрушкой и луком. На дно сотейника или кастрюли положить

мелко нарубленные кости, подготовленные и нарезанные ломтиками почки, лавровый лист, перец, обжаренное мясо, влить бульон или воду так, чтобы было покрыто мясо, и тушить до готовности.

Готовую душенину порезать ломтиками (по 2—3 на порцию), разложить на тарелки, сверху положить почки, полить соком, в котором тушилось мясо, и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Душенину подают на стол с жареным картофелем.

На 1 кг говядины — 200 г почек, 2 ст. ложки смальца, по 1 корню моркови и петрушки, 1 луковицу, перец, соль, лавровый лист, зелень.

**Бигус с яблоками**

Говядину или свинину отделить от костей, порезать порционными кусками, посолить, посыпать перцем, положить в посуду с разогретым жиром. Поверх мяса положить нарезанную тонкими ломтиками ветчину, нарезанные соломкой свежую капусту, репчатый лук, нарезанные дольками очищенные яблоки, помидоры, добавить бульон и тушить до готовности.

На 500 г говядины или свинины — 150 г ветчины, 2 ст. ложки смальца, 800 г капусты белокочанной, 1 луковицу, 200 г яблок свежих; 100 г помидоров, соль, перец.

**Телятина в горшочке с овощами**

Мясо нарезать кусками (по 2—3 на порцию), посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить. Картофель и морковь нарезать кубиками (12—15 мм), лук — дольками (мелкий лук-саженец оставить целым) и обжарить каждый вид отдельно. Подготовленные продукты положить в порционные горшочки, заправить томатом, зеленью, лавровым листом, залить бульоном и стушить под крышкой в духовом шкафу.

На 120 г телятины (лопатка и шея) — 6 г муки, 15 г масла топленого (или 20 г сала нутряного), 150 г картофеля, 25 г моркови, 20 г лука репчатого, 15 г томата-пасты, 5 г зелени петрушки, лавровый лист, соль, перец.

## Зразы из телятины

Нарезать телятину тонкими кусками величиной с ладонь и осторожно отбить. Приготовить фарш: нашинковать мелко лук и поджарить его на масле; куски черствого хлеба размочить в молоке и, отжав излишнюю влагу, смешать с луком, заправить солью, перцем, хорошо перемешать, выложить на сковороду и поджарить на слабом огне. На каждый ломтик мяса положить по столовой ложке подготовленного фарша, завернуть мясо в виде трубочек, связать нитками и посолить. Затем положить на сковороду с разогретым маслом и быстро обжарить на сильном огне со всех сторон до образования румяной корочки. После этого уменьшить огонь, добавить 1 стакан мясного бульона, 2 ст. ложки томата-пюре и тушить до мягкости в течение 40—50 минут.

Подать на стол, сняв нитки и полив соком, полученным при тушении. Отдельно подать томатный острый соус.

На 500 г телятины (мякоти) — 1 большую луковицу, 100 г хлеба белого черствого без корок, 1/2 стакана молока, 3 ст. ложки масла.

## Рагу из баранины

Обмытую баранину (грудинку или лопатку), удалив из нее трубчатые кости, разрубить на куски, посыпать солью и обжарить на сковороде. Перед самым окончанием жарения баранину посыпать столовой ложкой муки. После этого баранину сложить в кастрюлю, добавить томат-пюре, залить 2—3 стаканами горячего бульона или воды и поставить тушить на легкий огонь. Через 1,5—2 часа (молодую баранину — через 40—50 минут) после начала тушения переложить баранину в неглубокую кастрюлю и добавить очищенные, промытые, нарезанные дольками и поджаренные овощи — морковь, петрушку, лук, репу, картофель, а также лавровый лист (1—2 листика) и 6—8 горошин перца (или 1/10 шт. стручкового); залить все это процеженным соусом, полученным при тушении, и вновь поставить тушить на 30 минут.

Готовое рагу переложить на блюдо и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропом.

На 500 г баранины — 600 г картофеля, 2 моркови, 1 петрушку, 1 репу, 1 луковицу, 2 ст. ложки томата-пюре и столько же масла.

## Баранина, тушенная с овощами

Баранину хорошо обмыть, нарубить небольшими кусками и, не удаляя костей, сложить в кастрюлю, залить 2—3 стаканами горячей воды. Кастрюлю накрыть крышкой и поставить на огонь. Как только вода закипит, добавить 2—3 картофелины, посолить, варить 1 час. После этого баранину переложить шумовкой в неглубокую кастрюлю; сверху баранины положить очищенную и промытую капусту, нарезанную кубиками морковь, лук, репу и картофель, нарезанные дольками, лавровый лист (1—2 листика), 5—8 горошин перца (или 1/10 шт. стручкового) и 4—5 шт. гвоздики. Из бульона вынуть сваренный картофель, протереть его сквозь волосяное сито, соединить с процеженным бульоном, которым залить мясо и овощи, и поставить на слабый огонь на 30—40 минут.

При подаче на стол посыпать сверху зеленью петрушки или укропом.

На 500 г баранины — 600 г картофеля, 2 моркови, 1 луковицу, 1 репу, 200 г капусты.

## Чанахи

Баранину обмыть и нарезать небольшими кусками (2—3 куска на порцию), положить в металлическую или лучше в глиняную обливную посуду (горшок) емкостью 2—3 л. Туда же добавить мелко нарезанный лук, очищенный и нарезанный дольками картофель, нарезанные половинками помидоры, очищенные от прожилок и мелко нарезанные стручки фасоли, нарезанные кубиками баклажаны, зелень петрушки или киндзы. Все это посолить, посыпать перцем и залить 2 стаканами воды. Посуду накрыть крышкой и поставить в духовой шкаф на 1,5—2 часа для тушения.

Подают чанахи в той же посуде, в которой готовили (не перекладывая на блюдо).

На 500 г баранины — 750 г картофеля, 200 г помидоров, 300 г баклажанов, 200 г стручков фасоли зеленой, 1 луковицу.

## Баранина с зеленой фасолью

Баранину обмыть, нарезать небольшими кусочками (из расчета 3—4 куска на порцию), сложить в неглубокую кастрюлю и обжарить на разогретом масле. После этого обжаренную баранину залить водой так, чтобы вода покрыла ее, тушить под

крышкой в течение 30—40 минут, затем добавить поджаренный лук, мелко нарезанную, очищенную от прожилок зеленую фасоль, перец, соль и тушение продолжать до полной готовности баранины.

При подаче на стол баранину с фасолью переложить на подогретое блюдо и посыпать зеленью петрушки или укропом.

На 500 г баранины — 400 г стручков фасоли зеленой, 1 луковицу, 2—3 ст. ложки масла.

## Баранина с рисом

Обмытую баранину (грудинку или лопатку) нарубить, удалив из лопатки трубчатые кости, посыпать солью, молотым перцем и обжарить на сковороде. После этого куски мяса, не снимая со сковороды, посыпать мелко нарезанным луком и жарить еще несколько минут. Обжаренную баранину сложить в неглубокую кастрюлю, залить 2—3 стаканами бульона или воды, добавить томат-пюре и поставить тушить. Через 1—1,5 часа (молодую баранину через 40—50 минут) после начала тушения положить стакан риса, промытого и проваренного в течение 10 минут в кипящей воде, размешать, накрыть крышкой и тушить еще 30 минут. Подать на стол в посуде, в которой баранина готовилась.

## Верещака

Свиную грудинку, нарезанную крупными кубиками, обжарить со смальцем или сливочным маслом до образования румяной корочки. Обжаренную грудинку выложить вместе с соком и жиром, в котором она жарилась, в сотейник или кастрюлю, залить свекольным квасом или уксусом с водой из расчета 1/2 стакана уксуса на 1,5 стакана воды, добавить нарезанные соломкой лук, перец, соль и тушить до полуготовности. После этого положить в посуду с грудинкой тертый черствый ржаной хлеб и тушить до готовности.

На 500 г грудинки свиной — 2 луковицы, 2 ст. ложки смальца, 100 г хлеба, 2 стакана кваса свекольного, соль.

## Ребрышки, тушенные в капустных листьях

Грудинку нарубить на куски с реберными косточками (по 2 на порцию), посолить, посыпать перцем и обжарить. Затем

смазать их томатом, посыпать пассерованным луком, положить на листья капусты, подготовленные, как для голубцов, и плотно завернуть. Уложить в сотейник, залить бульоном и тушить. Незадолго до готовности заправить пассерованной на сале мукой, солью, перцем.

Подать на стол под соусом, посыпав зеленью.

На 130 г свинины — 200 г капусты белокочанной, 5 г жира свиного, 10 г томата-пасты, 20 г лука репчатого, 5 г муки, 10 г сала свиного, 1 г перца молотого красного, укроп, соль.

## Свинина, тушенная с черносливом и грибами

Мякоть задней ноги нарезать порционными кусками, посолить и поджарить на жире. Предварительно намоченные грибы отварить до полуготовности и нарезать ломтиками. Свинину переложить в сотейник и, добавив мелко нашинкованный пассерованный лук, томат, грибы, грибной отвар, протушить. Через полчаса посыпать припущенным в воде черносливом и тушить до готовности.

При подаче на стол мясо полить полученным соусом с черносливом и грибами. Гарнир — картофель отварной или картофельное пюре.

На 100 г свинины — 7 г жира свиного, 20 г лука репчатого, 15 г томата-пасты, 30 г чернослива, 15 г грибов сушеных, соль, перец.

## Грудинка, тушеная с луком

Подготовленную грудинку посолить, запанировать в муке и обжарить до образования корочки. Переложить в сотейник, посыпать тмином и, влив немного воды, тушить до полуготовности. Затем добавить нарезанный кружочками пассерованный лук и продолжать тушить, время от времени доливая воду.

Готовую грудинку нарезать на куски (по 1—2 на порцию), уложить на блюдо и залить соусом с луком. Подать с отварным картофелем и тушеной капустой.

На 100 г свинины (грудинка) — 5 г муки, 10 г сала топленого, 2 г тмина, 15 г лука репчатого, соль.

## Почки в соусе с вином

Почки очистить от жира и пленок, разрезать вдоль на две части и нарезать поперек тонкими ломтиками; сварить грибы и нарезать также ломтиками, все это посолить, посыпать перцем и поджарить на разогретой сковороде с маслом, после чего посыпать мукой и снова жарить в течение 1—2 минут, помешивая ложкой. Потом влить на сковороду с почками 1/4 стакана мадеры и стакан мясного бульона и варить в течение 3—4 минут.

При подаче на стол почки поместить на подогретое блюдо и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Отдельно можно подать отварной картофель, заправленный маслом.

На 500 г почек телячьих или бараньих — 200 г отварных грибов белых или шампиньонов, 1 ст. ложку муки, 1/4 стакана вина (мадеры), 1 стакан бульона мясного, 2 ст. ложки масла.

## Почки говяжьи в соусе с луком

Почки очистить от жира и пленок, положить в кастрюлю, залить холодной водой и довести до кипения. После этого воду слить, почки обмыть, залить свежей водой и варить их до готовности (примерно 1—1,5 часа). На бульоне, полученном при варке почек, приготовить соус. Для этого столовую ложку муки с таким же количеством масла поджарить до темно-коричневого цвета, развести 1,5 стаканами горячего бульона и проварить на слабом огне в течение 5—10 минут. Сваренные почки нарезать небольшими ломтиками, смешать с мелко нарезанным и поджаренным луком и вместе прожарить 2—3 минуты. Затем почки переложить в неглубокую кастрюлю, добавить нарезанный дольками поджаренный картофель, очищенные и нарезанные ломтиками огурцы, 1—2 лавровых листика и 5—8 горошин перца (или 1/10 шт. стручкового), залить подготовленным процеженным соусом, накрыть крышкой и поставить тушить на 25—30 минут.

При подаче на стол почки вместе с гарниром переложить на подогретое блюдо и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропом.

Таким же способом можно приготовить и свиные почки, но их, без предварительной варки, нарезают сырыми и обжаривают.

На 500 г почек говяжьих — 600 г картофеля, 1 луковицу, 3—4 огурца соленых, 1 ст. ложку муки, 2—3

ст. ложки масла.

## Сердце говяжье тушеное

Сердце вымыть, отсушить на салфетке, нарезать небольшими кусками, посолить и обжарить на разогретой сковороде с маслом. Перед окончанием жарения куски сердца посыпать мукой, обжарить в течение 1—2 минут, сложить в неглубокую кастрюлю, а на сковороду налить бульон или воду и вскипятить. Соус процедить в кастрюлю с кусками сердца, добавить еще 1,5 стакана бульона или воды, накрыть крышкой и поставить на слабый огонь на 2—3 часа. Отдельно на сковороде с разогретым маслом слегка поджарить мелко нарезанный лук, добавить томат-пюре, 2 ст. ложки уксуса, 1 чайную ложку сахара, 2 лавровых листика, вскипятить и за 20—30 минут до окончания тушения влить в кастрюлю и посолить.

На гарнир можно подать гречневую кашу, отварной рис, макароны, жареный или отварной картофель.

Помимо указанного способа сердце можно приготовить так же, как тушеное мясо.

На 500 г сердца говяжьего — 1 ст. ложку муки, 1 луковицу, 2 ст. ложки томата-пюре, 2 ст. ложки уксуса, 1 чайную ложку сахара, 2 ст. ложки масла.

## Печень в сметане

Печень (говяжью, баранью или свиную) обмыть, очистить от пленки и желчных протоков, нарезать ломтиками, посолить, посыпать перцем, обвалять в муке и обжарить на сковороде с маслом. Затем сложить в неглубокую кастрюлю, прибавить лук, мелко нарезанный и предварительно слегка поджаренный, сметану, сок со сковороды, на которой жарилась печень, и один стакан мясного бульона или воды. Закрыть кастрюлю крышкой и тушить на слабом огне 25—40 минут.

Ломтики готовой печени уложить на блюдо. Соус, полученный при тушении, посолить, полить им печень, посыпав сверху мелко нарезанной зеленью петрушки. На гарнир можно дать жареный или отварной картофель или макароны.

На 500 г печени — 1/2 стакана сметаны, 1 ст. ложку муки, 1 луковицу, 2 ст. ложки масла.

## Гуляш из легких

Промытые легкие положить в горячую воду и варить на слабом огне 1,5—2 часа; после этого нарезать легкие кубиками весом 30—40 г, посыпать перцем, солью, обжарить на сковороде с разогретым маслом, посыпать мукой, добавить мелко нарубленный лук и жарить еще несколько минут.

Обжаренные легкие сложить в кастрюлю, добавить 2—2,5 стакана бульона, полученного при варке легких, томат- пюре, лавровый лист, накрыть кастрюлю крышкой и варить 10—15 минут.

Подать с отварным или жареным картофелем.

На 500 г легких — 1 луковицу, по 1 ст. ложке томата-пюре, муки и масла.

## Гуляш из говяжьего сердца или вымени

Сердце или вымя обмыть, нарезать кубиками весом 30— 40 г и снова промыть, посыпать перцем, солью и обжарить на сковороде с разогретым маслом и мелко нарезанным луком. После этого обсыпать мукой и жарить еще несколько минут. Обжаренные кусочки сложить в кастрюлю, залить горячей водой так, чтобы мясо было покрыто водой, положить томат-пюре, лавровый лист, накрыть кастрюлю крышкой и тушить на слабом огне 1—1,5 часа.

На гарнир подать жареный или отварной картофель.

На 500 г сердца говяжьего или вымени — по 1 ст. ложке муки, масла и томата-пюре, 1 луковицу.

## Голубцы мясные

Мясо пропустить через мясорубку, крупу отварить, охладить и смешать с измельченным мясом, добавив мелко нарезанный, слегка поджаренный лук, а также соль и перец.

Одновременно цельные листья капусты проварить в кипящей воде 5—7 минут, вынуть из кипятка, охладить, разложить на столе, отбить аккуратно стебли до толщины листа, положить фарш (мясо с крупой и луком), завернуть в виде колбасок, обжарить на сковороде и сложить в кастрюлю. После этого влить на сковороду сметану, томат-пюре, стакан воды, добавить муку, вскипятить, посолить, залить голубцы и поставить их тушить под крышкой на слабом огне (или в духовом шкафу без крышки) на 30—40 минут.

Подать в соусе, в котором голубцы тушились, посыпав

укропом или рубленой зеленью петрушки.

Голубцы можно приготовить без сметаны — в этом случае томата-пюре берут несколько больше.

На 300 г мяса (мякоти) — 800 г капусты белокочанной, 1/2 стакана крупы (рис, пшено, перловая крупа), 1 луковицу, 1 ст. ложку муки, по 2 ст. ложки томата-пюре, сметаны и масла.

### Долма (голубцы с виноградными листьями)

Баранину (мякоть) пропустить через мясорубку, добавить сваренный рис, мелко нарезанный лук и зелень, а также перец и соль по вкусу.

Виноградные листья вымыть, удалить стебельную (жесткую) часть, разложить листья на столе (по 1—2 листа), положить на них фарш и завернуть его в листья в виде обычных голубцов. Посолить их и уложить в невысокую кастрюлю плотными рядами, полить маслом, добавить стакан бульона, сваренного из бараньих костей, накрыть кастрюлю крышкой и тушить на слабом огне около часа.

При подаче на стол долму переложить на блюдо. Отдельно подать простоквашу с натертым чесноком и солью, а также молотую корицу, смешанную с сахарной пудрой.

На 500 г баранины — 1/2 стакана риса, 1 луковицу, 400 г листьев виноградных, 1 ст. ложку масла.

## ЖАРЕНОЕ МЯСО

Жарить мясо (говядину, телятину, баранину, свинину) можно как крупными, так и мелкими (порционными) кусками. Мясо, обжаренное крупным куском, используют для горячих и для холодных блюд, обжаренное же порционными кусками — только для горячих блюд. Жарят также поросенка, кролика и такие мясные продукты, как печень, почки, ножки телячьи и свиные.

Если мясо жарят крупным куском, то его нужно обмыть, зачистить от сухожилий, обтереть полотенцем и посыпать солью. Затем мясо (говядину) положить на сковороду или противень с разогретым маслом и со всех сторон обжарить до образования на поверхности мяса тонкой румяной корочки. Когда мясо обжарилось и покрылось корочкой, его следует поставить в духовой шкаф, добавить немного бульона или воды и жарить до полной готовности.

Свинину, телятину и баранину не обжаривают на плите, а сразу ставят в духовой шкаф.

Через каждые 10—15 минут необходимо вынимать мясо из шкафа и поливать сверху соком, который образуется во время жарения. Если сока будет мало, можно подлить немного бульона или воды. Сок, полученный при жарении, используют в качестве подливки к жаркому или для приготовления соуса.

Продолжительность жарения мяса крупным куском 1,5—2,5 часа, в зависимости от сорта и величины куска. Готовность мяса определяют, прокалывая его вилкой и надавливая на него: если при этом пойдет красный сок — мясо еще не готово, если светлый — готово.

Многие любят мясо, не прожаренное полностью, с кровью, но это допустимо только для говяжьего мяса (ростбиф) и баранины, свинина же и телятина должны быть хорошо прожарены.

При жарении порционных кусков их кладут на хорошо разогретую сковороду с маслом так, чтобы между кусками были промежутки 1,5—2 см; при тесной укладке масло на сковороде охлаждается, корочка у мяса не образуется и оно имеет вид и вкус вареного, а не жареного (корочка сохраняет сочность мяса).

Жареное мясо (особенно порционные куски) следует готовить, чтобы не снижать его вкусовых качеств, незадолго до подачи на стол.

## Ростбиф

Мясо (филейную часть, тонкий край или вырезку) обмыть, срезать сухожилия, посолить, целым куском положить на разогретый с маслом противень или сковороду и слегка обжарить. Затем поставить его в духовой шкаф и жарить до готовности. Через каждые 10—15 минут поливать мясо образовавшимся соком. Если сока будет мало, можно подлить немного бульона или воды. Продолжительность жарения зависит от того, какой желательно приготовить ростбиф — прожаренный, средний или с кровью.

Когда ростбиф готов, его снимают со сковороды, нарезают ломтиками и укладывают на блюдо. На гарнир можно дать нарезанную дольками морковь и зеленый горошек, заправленные маслом, картофель (отварной, жареный, в молоке или в виде пюре) и строганый хрен. Мясо поливают процеженным соком, образовавшимся при жарении, и растопленным маслом.

Отдельно к ростбифу можно подать огурцы и зеленый салат.

## Мясо жареное, в сметане с луком

Мясо (филейную часть) обмыть, очистить от сухожилий, нарезать по одному или по два куска на порцию, отбить тяпкой, посыпать солью, молотым перцем и обжарить в масле на сильно разогретой сковороде, переворачивая куски после того, как одна сторона подрумянится. Отдельно на сковороде поджарить мелко нарезанный лук. Когда лук обжарится, посыпать его мукой, слегка еще прожарить, добавить 1/2 стакана сметаны и сок, полученный при жарении.

Подготовленный соус проварить в течение 3—5 минут, добавить в него соус «Южный» и по вкусу соль.

При подаче на стол мясо уложить на блюдо и полить приготовленным соусом. На гарнир подать жареный картофель.

На 500 г мяса — 1 кг картофеля, 1/2 стакана сметаны, 1 луковицу, по 1 ст. ложке муки и соуса «Южный», 3 ст. ложки масла.

## Говядина в сухарях (ромштекс)

Мясо (тонкий или толстый край) обмыть, очистить от сухожилий, нарезать порционными кусками и отбить тяпкой. Отбитые куски мяса посыпать солью и перцем, смочить во взбитом яйце и обвалять в сухарях с обеих сторон. После этого мясо положить на сильно разогретую сковороду с маслом и жарить до полной готовности (10—12 минут).

На гарнир подать жареный картофель и вареные, заправленные маслом, зеленый горошек, кукурузу и морковь, нарезанную дольками. Полить ромштекс маслом.

## Бефстроганов

Мясо (филейную часть, тонкий край, кострец) обмыть, очистить от сухожилий, разрезать на небольшие ломтики, отбить их тяпкой или скалкой, после чего мелко нарезать соломкой. Очищенный и обмытый репчатый лук нашинковать и поджарить на масле. Когда лук обжарится, добавить нарезанное мясо, посыпанное солью и перцем, и жарить 5—6 минут, помешивая вилкой. Затем мясо посыпать мукой, размешать и снова жарить 2—3 минуты. После этого добавить сметану, размешать и проварить 2—3 минуты, заправить соусом «Южный» и солью по вкусу.

На гарнир дать жареный картофель. Мясо и картофель можно посыпать мелко нарезанным укропом или зеленью петрушки.

На 500 г мяса — 1 кг картофеля, 3/4 стакана сметаны, 1 ст. ложку соуса «Южный», 2 луковицы, 1 ст. ложку муки, 3 ст. ложки масла.

## Бифштекс с картофелем

Мясо (говяжью вырезку) обмыть, очистить от сухожилий, нарезать поперек волокон на куски весом примерно по 100—150 г, слегка отбить, посыпать солью, перцем, положить на сильно разогретую с маслом сковороду или в неглубокую кастрюлю и жарить с обеих сторон до полной готовности (10—15 минут).

Готовый бифштекс переложить на блюдо, полить соком и маслом, на гарнир дать жареный картофель и очищенный, промытый настроганный хрен. Отдельно можно подать огурцы, пикули или салат.

## Бифштекс с яйцом

Подготовить мясо таким же способом, как описано в рецепте «Бифштекс с картофелем». При подаче на стол сверху на каждый бифштекс положить яйцо, поджаренное на сковороде в виде яичницы-глазуньи. На гарнир дать картофель, полив его соком и маслом.

## Говядина жареная (антрекот) с картофелем

Мясо (тонкий или толстый край) обмыть, очистить от сухожилий, нарезать порционными кусками и отбить тяпкой. Отбитые куски мяса посыпать солью и перцем, положить на сильно разогретую сковороду с маслом и обжарить до образования румяной корочки как одну, так и другую сторону. На гарнир дать жареный картофель (или картофель в молоке) и настроганный хрен. Мясо полить соком, полученным при жарении, и растопленным маслом. Картофель посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропом.

## Ломтики вырезки (лангет) с гарниром

Мясо (вырезку) обмыть, почистить от сухожилий, нарезать ломтиками по два куска на порцию и отбить тяпкой или деревянным молотком. Отбитые куски мяса посыпать солью, перцем и жарить с обеих сторон на сильно разогретой с маслом сковороде. При подаче на стол мясо переложить на блюдо, а на

сковороду подлить несколько ложек бульона или воды и прокипятить. Полученным соком полить мясо.

На гарнир дать заправленные маслом зеленый горошек и морковь, нарезанную дольками, а также жареный картофель.

## Бастурма из филе

Говяжью вырезку обмыть, зачистить от сухожилий, нарезать кусками весом по 40—50 г, сложить в фарфоровую или эмалированную посуду, посолить, посыпать перцем, добавить уксус, мелко нарезанный репчатый лук и перемешать.

Накрыв посуду крышкой, поставить в холодное место на 2—3 часа, чтобы филе промариновалось.

Приготовленное филе нанизать на металлический вертел и жарить над раскаленными углями (без пламени) в течение 8—10 минут, повертывая вертел, чтобы филе равномерно прожарилось.

При подаче к столу куски готового филе (бастурму) снять с вертела, уложить на подогретое блюдо и гарнировать помидорами, репчатым и зеленым луком, лимоном.

На 500 г вырезки говяжьей — 2 луковицы, 1 ст. ложку уксуса виноградного, 100 г лука зеленого, 200 г помидоров, 1/2 лимона.

## Телятина жареная

Телятину (часть задней ноги, корейку, лопатку или грудинку) обмыть, посыпать солью, полить 2—3 ст. ложками растопленного масла, положить на противень или на сковороду и жарить в духовом шкафу или печи, периодически поливая образовавшимся соком.

Готовую телятину нарезать ломтиками, уложить на блюдо и полить процеженным соком. На гарнир — жареный картофель или сборные овощи — горошек, морковь, цветная капуста, стручки фасоли и др. Отдельно можно подать красную капусту или салат.

## Баранина жареная

Кусок баранины (ногу, почечное место) обмыть, зачистить, посыпать солью и целым куском положить на противень или сковороду. Полить баранину 2—3 ст. ложками растопленного масла, поставить в духовой шкаф и жарить до готовности,

периодически поливая образовавшимся соком.

Готовую баранину нарезать ломтиками, уложить на блюдо, прибавить гарнир — картофель отварной с маслом или жареный, а также фасоль в томате или масле, посыпать зеленью петрушки или укропом и полить процеженным соком.

## Свинина жареная

Кусок свинины (часть задней ноги) готовят и жарят так же, как и телятину. Для обжаривания свинину надо класть жиром кверху.

Готовую свинину нарезать ломтиками, полить процеженным соком, образовавшимся во время жарения. На гарнир — жареный или отварной картофель, картофельное пюре или тушеную капусту. Отдельно можно подать моченые яблоки, красную капусту, огурцы, пикули.

## Грудинка баранья, жаренная в сухарях

Баранью грудинку обмыть, надрезать пленки по ребрам, целым куском положить в кастрюлю, посолить, залить горячей водой и сварить. Когда будет готова, вынуть из нее ребрышки, переложить мясо на противень, охладить под прессом, чтобы грудинка выровнялась. После этого нарезать грудинку наискось широкими кусками, посолить, посыпать перцем, обвалять в муке, смочить в яйце, обвалять в сухарях и обжарить на разогретой с маслом сковороде.

Готовую грудинку уложить на блюдо и полить несколькими ложками растопленного масла. На гарнир — жареный картофель или картофельное пюре. Отдельно можно подать красную капусту и огурцы.

## Котлеты отбивные и натуральные

Свиную, баранью или телячью корейку обмыть, очистить и нарезать котлеты (с реберной косточкой). Каждую котлету слегка отбить тяпкой, посолить, посыпать перцем, смочить во взбитом яйце и обвалять в сухарях. Подготовленные котлеты положить на разогретую с маслом сковороду и обжарить с обеих сторон до образования румяной корочки (примерно 15—20 минут).

Готовые котлеты положить на блюдо и полить растопленным маслом. На гарнир можно подать жареный картофель, картофельное пюре или различные овощи, заправленные маслом

(морковь, кукурузу, цветную капусту, зеленый горошек и др.).

Таким же способом можно приготовить котлеты натуральные, т.е. не обваливая их в сухарях. В этом случае котлеты поливают соком, образовавшимся при жарении.

На 500 г корейки свиной или телячьей — 1 яйцо, 1/2 стакана сухарей, 2 ст. ложки масла.

## Шницель

Свинину или телятину (почечную часть корейки или мякоть задней ноги) обмыть, очистить от сухожилий и нарезать кусками в виде натуральных котлет, но без кости. Каждый кусок отбить тяпкой, посолить, посыпать перцем, смочить во взбитом яйце и обвалять в сухарях. Подготовленные куски положить на разогретую сковороду с маслом и обжарить с обеих сторон до образования хрустящей румяной корочки; затем положить на блюдо и полить маслом, в котором предварительно слегка обжарить мелко нашинкованную и ошпаренную лимонную цедру и каперсы.

На каждый кусок положить ломтик лимона, посыпанный зеленью петрушки или укропом. На гарнир можно подать жареный картофель или набор овощей, заправленных маслом. Отдельно подать салат — зеленый или из овощей.

На 500 г свинины или телятины — 1 яйцо, 1/2 стакана сухарей, 1/2 ст. ложки каперсов, 1/2 лимона, 2 ст. ложки масла.

## Ломтики телятины, свинины, баранины с грибами и помидорами

Почечную часть корейки или мякоть задней ноги телятины, свинины, баранины обмыть, очистить от сухожилий, нарезать ломтиками, по два на порцию, и отбить тяпкой. Отбитые ломтики посолить, положить на сковороду с разогретым маслом и жарить с обеих сторон до готовности (8—10 минут).

Свежие белые грибы или шампиньоны очистить, обмыть холодной водой, нарезать ломтиками и поджарить на масле. Помидоры обмыть в холодной воде, разрезать пополам, посыпать солью и перцем и тоже поджарить на масле.

При подаче на стол положить мясо на блюдо, сверху поместить грибы и помидоры и все залить томатным соусом, приправленным небольшим количеством мелко нарубленного

чеснока. На гарнир дать отварной картофель.

## Шашлык

Баранину (почечную часть или мякоть задней ноги) обмыть, нарезать небольшими кусками, сложить в посуду, посолить, посыпать молотым перцем, добавить мелко нарезанный лук, уксус или чайную ложку лимонного сока и перемешать. Посуду накрыть крышкой и на 2—3 часа вынести в холодное место, чтобы баранина промариновалась.

Перед жарением замаринованные куски баранины надеть на металлический вертел, вперемежку с луком, нарезанным ломтиками. Жарить шашлык надо над горящими (без пламени) углями, примерно, в течение 15—20 минут, поворачивая вертел, чтобы баранина прожарилась равномерно.

Если жаровни нет, то шашлык можно жарить обычным способом — на сковороде.

Готовый шашлык снять с вертела, положить на блюдо, полить маслом и гарнировать зеленым луком, помидорами, нарезанными дольками, и кусочками лимона. На гарнир можно подать отварной рис, сушеный молотый барбарис или гранатовый сок.

Таким же способом шашлык можно приготовить из свинины.

На 500 г баранины — 2 головки лука репчатого, 100 г лука зеленого, 200 г помидоров, 1/2 лимона, 1 ст. ложку уксуса, 1 ст. ложку масла.

## Филе на вертеле

Кусок говяжьей вырезки весом 250—300 г обмыть, зачистить от сухожилий, обровнять ножом (но не отбивать), посолить, посыпать перцем, надеть на металлический вертел и жарить над раскаленными углями (без пламени) в течение примерно 10 минут. Во время жарения филе надо смазывать сливочным маслом, а вертел поворачивать, чтобы филе равномерно прожарилось.

Готовое филе снять с вертела, уложить на блюдо и гарнировать помидорами, репчатым и зеленым луком, лимоном.

## Почки жареные

Обмытые телячьи почки обсушить салфеткой, нарезать, не снимая жира, тонкими кружками (поперек почки). Каждый

кружочек посыпать солью и молотым перцем и обвалять в муке. Подготовленные почки поместить на разогретую сковороду с маслом и жарить с обеих сторон 5—6 минут.

Готовые почки посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, полить лимонным соком и подать на сковороде. На гарнир дать жареный картофель, нарезанный соломкой или брусочками, и лимон, нарезанный четвертинками.

## Печень телячья жареная

Печень обмыть, очистить от пленки и желчных протоков, нарезать ломтиками толщиной около 1 см, посолить, посыпать перцем, обвалять в муке и жарить 10—12 минут на разогретой сковороде с маслом. Готовую печень уложить на блюдо, полить растопленным маслом и соком, полученным при жарении. На каждый ломтик печени можно положить обжаренный ломтик свиной копченой грудинки.

Печень готовят также с луком. Нарезать его кружками (кольцами), обжарить на разогретом масле и положить на ломтики печени. Блюдо можно подать с соусом сметанным с луком.

На гарнир — картофель жареный, отварной или картофельное пюре.

Нса 500 г печени — по 2 ст. ложки муки и масла.

## Мозги жареные

Мозги замочить в холодной воде на 30—40 минут, после чего очистить от пленки, положить в кастрюлю, залить холодной водой так, чтобы покрыть продукт, добавить 1—2 ст. ложки уксуса, соль, 2—3 лавровых листика и 5—6 горошин перца. Когда вода закипит, ослабить огонь и продолжать варить еще 25—30 минут. Готовые мозги вынуть из отвара и дать слегка обсохнуть, затем каждую половинку мозга разрезать на две части, посыпать солью, молотым перцем, обвалять в муке и со всех сторон обжарить в масле на разогретой сковороде.

Готовые мозги уложить на блюдо, полить маслом и лимонным соком и посыпать зеленью петрушки или укропом. На гарнир можно дать картофель в молоке или картофельное пюре, а также горошек, стручки фасоли, морковь и др.

## Почки телячьи или свиные жареные

Ножки телячьи или свиные ошпарить, очистить от шерсти, натереть мукой и опалить, чтобы удалить оставшиеся волоски. Ножки промыть, разрезать вдоль на две части, отделив мясо от костей. Затем ножки и кости положить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить морковь, петрушку, лук, соль и варить примерно 3—4 часа. Сваренные ножки вынуть из бульона шумовкой (отделив и удалив кости — т. н. бабки), посыпать перцем и солью, обвалять в муке, смочить яйцом, обвалять в сухарях и обжарить на разогретой сковороде с маслом.

На гарнир можно дать картофельное пюре, зеленый горошек, а также огурцы.

Ножки можно приготовить также в отварном виде под белым соусом. На гарнир дать рис или отварной картофель.

Бульон, полученный при варке ножек, можно использовать для приготовления супов и соусов.

На 4 ножки — 2 яйца, 1/2 стакана муки, 1 стакан сухарей, по 1 моркови и петрушке, 1 луковицу, 3—4 ст. ложки масла.

## Ветчина жареная с помидорами

Нарезанную ломтиками ветчину обжарить в масле на разогретой сковороде. Одновременно обжарить помидоры, предварительно вымытые, разрезанные на половинки, посоленные и посыпанные перцем.

Помидоры положить на ломтики обжаренной ветчины, посыпать мелко нарезанной зеленью и подать на сковороде. Перед подачей добавить 1 чайную ложку лимонного сока или разведенную лимонную кислоту.

На 500 г ветчины — 400 г помидоров, 1 чайную ложку лимонного сока, 3 ст. ложки масла.

## Поросенок жареный

Ошпаренного поросенка вытереть насухо полотенцем, слегка натереть мукой в тех местах, где осталась щетина, и опалить на огне. Затем брюшко и грудную часть разрезать

вдоль по направлению от хвоста к голове, вынуть внутренности, удалить толстую кишку, надрубив для этого тазовую кость. Поросенка тщательно промыть в холодной воде. Позвоночную кость в области шеи разрубить вдоль. Поросенка посолить с внутренней стороны, положить на противень спинкой

вверх, слегка смазать сметаной, полить растопленным маслом, на противень подлить 1/4 стакана воды и поставить жарить в духовой шкаф на 1—1,5 часа. Чтобы у поросенка образовалась румяная сухая корочка, надо во время жарения несколько раз поливать его с ложки жиром, образовавшимся на противне. Поросенок жарится целой тушкой или его разрубают вдоль по позвоночнику на две половинки.

Готового поросенка снять с противня и приготовить подливку. Для этого противень поставить на огонь, выпарить оставшуюся жидкость, жир слить, а на противень налить 1 стакан горячего мясного бульона или воды, прокипятить и процедить сквозь сито.

При подаче на стол положить на разогретое блюдо гречневую кашу и посыпать сверху рублеными яйцами. Поросенка сначала разрезать на две части, предварительно отрезав голову, а затем каждую половинку разрубить на поперечные куски, уложить их поверх каши в виде целой тушки, приставив разрубленную на две части голову. Сверху полить жиром, полученным при жарении, добавив масло. Подливку подать отдельно в соуснике.

### Рубец жареный с гречневой кашей

Подготовленный и сваренный рубец пропустить через мясорубку, посолить, посыпать перцем и обжарить на разогретой сковороде с маслом. Прибавить к рубцу отдельно обжаренный мелко нарубленный лук, положить рассыпчатую гречневую кашу, все перемешать и прожарить еще в течение 3—5 минут.

На 500 г рубца — 1 луковицу, 1 стакан крупы гречневой, 3 ст. ложки масла.

## ИЗДЕЛИЯ ИЗ РУБЛЕНОГО МЯСА

Для изделий из рубленого мяса можно брать говядину, свинину, баранину и телятину. Тефтели, рулеты, зразы, шницели делают главным образом из говядины (кострец, огузок).

Мясо, предназначенное для рубки, необходимо обмыть, очистить от сухожилий, разрезать на небольшие куски и пропустить через мясорубку. Мясо посолить, перемешать, прибавить белый хлеб, намоченный в холодной воде и молоке, и снова пропустить один-два раза через мясорубку.

Хлеб придает котлетам пышность и сочность благодаря тому; что сок, выделяемый мясом во время жарения, при наличии в фарше хлеба, почти не уходит наружу, а собирается в порах

хлебного мякиша. Хлеб лучше брать немного черствый, срезав с него корки. Мясо следует брать с жиром, тогда котлеты получаются более сочными. При желании в фарш можно добавить молотый перец, а также сырой или слегка поджаренный на масле лук.

## Тефтели в томате

Приготовить мясной фарш, добавить в него мелко нарезанный зеленый лук (предварительно перебранный и промытый) или головку натертого репчатого лука и все это хорошо перемешать. Затем разделать из фарша шарики весом 20—30 г каждый, обвалять их в муке и со всех сторон обжарить в масле на разогретой сковороде. Обжаренные тефтели сложить в неглубокую кастрюлю, добавить томат-пюре, стакан мясного бульона, 1—2 лавровых листика, 5—6 горошин перца (или 1/10 перца стручкового), 2—3 дольки растертого с солью чеснока, накрыть кастрюлю крышкой и тушить тефтели на слабом огне 10—20 минут, потом заправить солью, ложечкой острого томатного соуса.

При подаче на стол посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. На гарнир дать отварной рис, гречневую кашу, жареный картофель или картофельное пюре.

На 500 г мяса (мякоти) — 100 г лука зеленого или головку репчатого, 1/2 стакана томата-пюре, 100 г хлеба белого, 2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки масла.

## Рулет с макаронами

Приготовить мясной фарш, разложить его на разостланную салфетку, смоченную холодной водой, и разровнять ножом так, чтобы получился продолговатый ровный слой толщиной, примерно 1,5 см. На середину мясного фарша по всей его длине положить сваренные, заправленные маслом и охлажденные макароны, после чего соединить края фарша. Полученный рулет осторожно снять с салфетки и положить швом вниз на смазанную маслом сковороду.

Сверху рулет смазать яйцом, посыпать сухарями, полить маслом, сделать несколько проколов вилкой и поставить на 30—40 минут в духовой шкаф для запекания.

Готовый рулет нарезать на порции, положить их на блюдо и полить красным соусом.

Вместо макарон рулет можно нафаршировать рассыпчатой

рисовой или гречневой кашей с поджаренным луком и вареными яйцами.

На 500 г мяса (мякоти) — 100 г хлеба белого, 150 г макарон, 1 яйцо, 1 ст. ложку сухарей, 1 стакан соуса красного, 2 ст. ложки масла.

## Котлеты с молочным соусом

Из мясного фарша разделать котлеты и положить их на сковороду, смазанную маслом. Затем сверху, вдоль каждой котлеты по всей ее длине, чайной ложкой сделать небольшое углубление, которое заполнить густым молочным соусом, посыпать натертым сыром, сбрызнуть маслом и поставить в духовой шкаф запекать на 10—20 минут.

На гарнир дать отварные стручки горошка или фасоли, зеленый горошек, картофельное пюре, брюссельскую капусту или спаржу в молочном соусе. Котлеты полить маслом и соком, получившимся при запекании, или красным соусом.

На 500 г мяса (мякоти) — 125 г хлеба белого, 2 ст. ложки сыра тертого, 1 ст. ложку муки, 1/2 стакана молока, 3 ст. ложки масла.

## Шницель рубленый

Обмытое, очищенное от сухожилий мясо пропустить через мясорубку или изрубить ножом, добавить соль, перец и сделать из него 5—6 шницелей овальной формы толщиной около 1/2 см. Подготовленные шницели обвалять в сухарях и жарить на разогретой сковороде с маслом 5—6 минут.

На гарнир дать жареный картофель, картофельное пюре или овощи. Шницель полить маслом.

На 500 г мяса — 1/2 стакана сухарей, 2 ст. ложки масла.

## Битки по-селянски

Говядину без костей счистить от сухожилий и пленок, промыть, пропустить через мясорубку с крупной решеткой, смешать с очищенной и нарезанной соломкой луковицей, добавить соль, перец, хорошо вымешать, приготовить шарики, придать им круглую плоскую форму битков и обжарить на

сливочном масле. Половину предусмотренной нормы слегка обжаренного лука положить на дно сотейника, а на него половину вареных и обжаренных грибов. Потом на подготовленные биточки положить оставшиеся обжаренный лук и грибы, залить их грибным отваром и тушить .10—15 минут.

На гарнир подать картофель тушеный в грибном отваре с добавлением томата-пюре и сливочного масла.

На 500 г говядины — 1 луковицу в мясо, 1 ст. ложку сухарей, 2 ст. ложки масла сливочного, 50 г сушеных или 300 г свежих грибов, 3 луковицы для пересыпки битков, 1,5 стакана отвара грибного, 2 ст. ложки томата-пюре.

Для гарнира — 1 кг картофеля, 1 ст. ложку масла сливочного для картофеля, соль, перец.

## Сиченики тушеные с начинкой из хрена

Подготовленное мясо нарезать небольшими кусками, пропустить через мясорубку, добавить размоченный в молоке и отжатый белый хлеб, часть нарезанного слегка обжаренного лука, соль, хорошо перемешать, вторично пропустить через мясорубку, приготовить сиченики, начинить их тертым хреном, слегка поджаренным на масле и смешанным со сметаной, обвалять в муке и жарить до готовности на сливочном масле. Обжаренные сиченики залить сметаной и тушить в духовом шкафу 8—10 минут.

Сиченики подать на стол с картофельным пюре и полить сметаной, в которой они тушились.

На 500 г говядины — 100 г хлеба пшеничного, 1/2 стакана молока, 2 луковицы, 1 ст. ложку масла сливочного для жарения лука, 2 ст. ложки муки пшеничной, 4 ст. ложки хрена натертого, 2 ст. ложки сметаны для начинки, 2 ст. ложки масла сливочного для обжаривания сичеников, 1,5 стакана сметаны для заливания, 1 кг картофеля, соль.

## Сиченики с начинкой (зразы рубленые)

Подготовленную котлетную массу разделать в форме кружков толщиной 1 см, положить на середину фарш, соединить края, сформовать в виде коротких колбасок, обвалять в молотых сухарях, придать им овадъю-приплюснутую форму и поджарить

на сливочном масле.

Приготовление фарша: мелко нарезанный репчатый лук слегка поджарить, добавить рубленые крутые яйца, молотые сухари (1ст. ложка), соль, перец, мелко нарезанную зелень петрушки, все хорошо перемешать и положить на подготовленную в виде кружков котлетную массу.

Подать на стол с отварным или жареным картофелем и полить разогретым сливочным маслом или сметанным соусом.

На 400 г говядины — 60 г хлеба пшеничного, 3 луковицы, 1/2 стакана молока, 1 ст. ложку сала топленого, 1,5 ст ложки масла сливочного, 1 яйцо, 4 ст. ложки сухарей. соль, перец зелень.

## Колбаски черкасские

Говядину два раза пропустить через мясорубку, заправить солью, перцем, слегка поджаренным луком, добавить молоко или воду (1 ст. ложку), хорошо вымешать, поделить на порции, сформовать в виде колбасок длиной 8—10 см, диаметром 1,5 см и жарить до готовности. После этого залить сметанно-томатным соусом и дать прокипеть.

На 500 г говядины — 2 луковицы, 2 ст. ложки жира, 1,5 стакана соуса сметанно-томатного, соль, перец.

## Пирожки мясные с начинкой из гречневой каши

Подготовленную говядину и свинину нарезать кусками и пропустить через мясорубку. Потом добавить размоченный в молоке слегка отжатый белый хлеб, перец, соль и вторично пропустить через мясорубку. В полученную массу кладут половину нормы смальца, натертый на терке лук и хорошо перемешать. Эту массу поделить на порции, сделать в каждой из них углубление, положить туда сваренную с остатком смальца гречневую кашу, придать вид пирожка, обжарить до румяного цвета, залить подливой и тушить 15—20 минут.

Приготовление подливы: пшеничную муку спассеровать без изменения цвета, влить часть бульона, вымешать, добавить сметану, соль, остаток бульона, размешать, хорошо проварить и процедить через сито.

Подать на стол с жареным картофелем и полить подливой, в которой тушилось блюдо.

На 250 г говядины и 250 г свинины — 100 г хлеба пшеничного, 2 ст. ложки смальца, 1/2 стакана молока, 2 ст. ложки масла сливочного, 3 ст. ложки крупы гречневой, 1 луковицу, соль, перец.

Для подливы — 1/2 стакана сметаны, 1 ст. ложку муки, 1,5 стакана бульона мясного, соль.

Для гарнира — 1,5 кг картофеля, 2—3 ст. ложки масла сливочного, соль.

## Сардельки из говядины и свинины

Мясо пропустить через мясорубку два раза. В фарш добавить крахмал, мелко нарубленный чеснок, лимонную кислоту, сахар, соль, воду, перец, корицу, гвоздику, хорошо вымешать и на час поставить в холодное место. Из полученной массы сформовать сардельки и обжарить во фритюре.

Подать по 2—3 на порцию с картофельным пюре, тушеной капустой, полить растопленным сливочным маслом. Сардельки можно подавать с томатным или сметанным соусом.

На 800 г говядины и 80 г свинины — 8 г крахмала, 3 г чеснока, 1,5 г кислоты лимонной, 3 г сахара, 30 г воды, 10 г масла сливочного, соль, специи.

## Кнели из говядины

Мясо пропустить через мясорубку с мелкой решеткой, затем добавить замоченный в молоке черствый пшеничный хлеб без корок и еще дважды пропустить через мясорубку. Массу вымешать, протереть через сито, хорошо взбить, постепенно добавляя яичный белок и молоко. В конце взбивания посолить. Готовую кнельную массу разложить в специальные формы, смазанные жиром, и варить на пару 15—20 минут.

Подать кнели с отварным рисом или отварным картофелем, картофелем в молоке или картофельным пюре, с отварными овощами, полить маслом или соусом молочным.

На 80 г говядины (боковой и наружный куски тазобедренной части) — 8 г хлеба, 40 г молока, 6 г (1/4) яичного белка, 2 г маргарина столового для смазывания форм, 100 г гарнира, 5 г масла сливочного или маргарина столового, или 50 г соуса.

## Шарики из печени тушеные

Печень зачистить от пленок, желчных протоков, промыть, нарезать кусочками, пропустить через мясорубку, добавить пассерованный мелко нарезанный лук, промытый рис, сырое яйцо, посыпать солью и молотым перцем, хорошо перемешать и взбить. Затем разделать массу в виде шариков размером 3—4 см в диаметре, обкатать в муке, обжарить, уложить в сотейник, залить томатным соусом и тушить 45—50 минут.

Шарики подать с картофельным пюре или жареным картофелем, полить соусом и посыпать мелко нарезанной зеленью.

На 500 г печени — 2—3 ст. ложки риса, 1 луковицу, 2 яйца, 2 ст. ложки муки пшеничной, 1—2 ст. ложки жира, 2—3 ст. ложки соуса томатного, соль, перец, зелень.

## Оладьи из печени

Подготовленную говяжью печень вместе с пассерованным луком пропустить через мясорубку, добавить муку, соль, яйца, перец и все перемешать. Затем массу выкладывать ложкой на раскаленную с жиром сковороду и жарить с обеих сторон.

Оладьи подать на стол по 2—3 шт. на порцию со сливочным маслом или сметаной.

На 500 г печени — 2 яйца, 1—2 ст. ложки муки, 1 луковицу, 2—3 ст. ложки смальца, 1—2 ст: ложки масла сливочного или 3—4 ст. ложки сметаны, соль, перец.

## Запеканка картофельная с ливером

Ливер (сердце, легкие) помыть, нарезать кубиками, положить в кастрюлю, залить водой, чтобы она полностью покрыла ливер, тушить в закрытой посуде до готовности. После охлаждения пропустить через мясорубку и заправить пассерованным луком, молотым перцем и солью.

Очищенный вареный картофель протереть, заправить солью и сырыми яйцами, положить половину подготовленной картофельной массы на лист, смазанный маслом и посыпанный сухарями, сверху картофеля положить ровным слоем фарш из ливера, а на него — остаток картофеля, смазать яйцом и запечь в духовом шкафу.

При подаче на стол запеканку порезать на порционные куски и полить луковым соусом.

## ЗАПЕЧЕННОЕ МЯСО

### Запеканка мясная

Промытое мясо (мякоть) пропустить через мясорубку и слегка поджарить на сковороде; добавить мелко нарезанный поджаренный лук, томат-пюре, соль, перец, немного бульона или воды и тушить на слабом огне под крышкой 15—20 минут. Отдельно поджарить очищенный и промытый картофель, нарезав ломтиками и посолив; поджаренный картофель разложить тонким слоем на сковороде, поверх картофеля положить слой поджаренного мясного фарша, разровнять, залить взбитыми с молоком яйцами и поставить в духовой шкаф на 5—10 минут для запекания.

При подаче к столу посыпать запеканку мелко нарезанной зеленью петрушки.

На 300 г говядины (мякоти) — 500 г картофеля, 3 яйца, 1—2 луковицы, 1 ст. ложку томата-пюре, 1/4 стакана молока, 2 ст. ложки масла.

### Баранина, запеченная с фасолью

Баранину промыть, посыпать солью и перцем, обжарить на разогретом жире целым куском, нарезать ломтиками, положить на глубокую сковороду, смазанную сливочным маслом, обложить вареной фасолью, залить сметанно-томатным соусом, посыпать сухарями, полить маслом и запечь в духовом шкафу в течение 20—30 минут.

На 600 г баранины — 2 ст. ложки масла сливочного, 1/2 стакана фасоли, 1,5 стакана соуса сметанно-томатного, 2 ст. ложки сухарей, соль, перец.

### Поджарка сборная мясная

Сало поджарить на сковороде, затем положить шинкованный лук и спассеровать. Уложить слоем ломтики отварной или жареной говядины, свинины, вареной колбасы. Когда мясные продукты подрумянятся, добавить ломтики отварного картофеля,

влить яично-молочную смесь и запечь поджарку в духовом шкафу.

Подать на стол с огурцами и помидорами.

Это блюдо можно приготовить с одним из названных мясных продуктов.

На 150 г говядины, 125 г свинины, 50 г колбасы — 40 г салатник, 30 г лука репчатого, 150 г картофеля, 50 г молока, 1/2 яйца.

## Запеканка из говядины и картофеля

Мясо и картофель отварить, дважды пропустить через мясорубку, соединить с пассерованным луком, солью, перцем и рубленой зеленью петрушки. Массу хорошо вымешать, выложить ровным слоем на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень. Смазав поверхность смесью яиц со сметаной, запечь изделие в духовом шкафу.

Готовую запеканку разрезать на порционные куски. При подаче на стол порцию запеканки положить на тарелку, полить простоквашей и посыпать зеленью.

На 60 г говядины — 100 г картофеля, 30 г лука репчатого, 5 г сухарей, 1/2 яйца, 10 г сметаны, 20 г масла растительного, 50 г простокваши или 25 г сметаны, соль, перец, зелень петрушки.

## Биточки, запеченные с рисом (по-казацки)

Приготовить котлетную массу. Сформовать биточки, запанировать их в сухарях и обжарить. На металлическое или керамическое блюдо овальной формы положить рассыпчатую рисовую кашу, сваренную на бульоне с добавлением томата, сверху — 2—3 жареных биточка, залить их сметанным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

При подаче на стол полить растопленным маслом и посыпать зеленью.

На 100 г говядины — 25 г хлеба пшеничного, 35 г молока, 15 г сухарей, 10 г жира свиного или говяжьего, 10 г масла сливочного, 10 г томата-пасты, 150 г каши рисовой, 125 г соуса сметанного, 5 г сыра, соль, перец, зелень.

## Кебаб, запеченный в бумаге

Жирное мясо молодого животного (мякоть) нарезать на куски и обжарить, посыпав нарезанным луком и перцем. Посуду снять с огня. Мясо заправить зеленью петрушки, чебрецом, мятой и солью, перемешать и завернуть в пергаментную бумагу, смазанную маслом. Пакеты уложить в сотейник, залить водой и запечь в горячем духовом шкафу.

Мясо подать на стол в бумаге.

На 200 г баранины — 20 г жира бараньего (свиного или говяжьего), 20 г лука зеленого, 1 г перца молотого красного, зелень, соль.

## Корейка, запеченная с черносливом

Отрубить кости позвоночника, мясо зачистить, помыть, отсушить, посолить, запанировать в муке и обжарить на сильно разогретом жире до образования румяной корочки. Переложить на противень, залить жиром, оставшимся от жарения, и запекать, часто поливая выделившимся соком и добавляя воду по мере испарения. Незадолго до готовности положить на противень промытый чернослив. Продолжать запекание, подливая воду для набухания чернослива.

Готовое мясо нарезать ломтиками, уложить на блюдо, украсить черносливом и полить мясным соком.

Гарнировать картофелем и краснокочанной капустой, заправленной белым сухим вином.

На 800 г свинины — 50 г жира свиного, 150 г чернослива, 15 г муки, соль.

## Солянка мясная

Очищенную капусту нашинковать, положить в кастрюлю, добавить столовую ложку масла, 1/2 стакана воды или мясного бульона, накрыть кастрюлю крышкой и тушить 40 минут. Затем добавить поджаренный лук, томат-пюре, уксус, сахар, соль, лавровый лист, перец и и тушить до готовности — примерно 10 минут. Когда капуста будет готова, положить в кастрюлю поджаренную с маслом муку, размешать и прокипятить. Одновременно мясные продукты (мясо вареное, мясные консервы, колбасу, сосиски) нарезать маленькими ломтиками, слегка поджарить с луком, добавить нарезанные огурцы, каперсы, 2—3 ст. ложки бульона, накрыть крышкой и прокипятить в течение нескольких минут.

Половину тушеной капусты выложить ровным слоем на скдвороду, на капусту положить приготовленное мясо с гарниром, покрыть остальной капустой, обровнять, посыпать сухарями, смазать маслом и запекать в духовом шкафу 10—15 минут. При подаче на стол солянку можно украсить зеленью петрушки, маслинами, брусникой и др.

На 200 г готовых мясных продуктов — 1 кг капусты квашеной, 2 огурца соленых, 2 луковицы, 3 ст. ложки томата-пюре, 1 ст. ложку муки, 1 ст. ложку каперсов, 2—3 ст. ложки масла.

### Язык с картофелем в соусе, запеченный

Очищенный вареный язык нарезать тонкими ломтиками. На порционную сковороду налить немного соуса, на него уложить ломтики языка, вокруг — кружочки или ломтики вареного картофеля и залить оставшимся соусом. Сверху посыпать тертым сыром, смешанным с сухарями, сбрызнуть жиром и запечь.

Подать на порционной сковороде, оформить зеленью.

На 200 г языка — 4 г лука, 4 г моркови, 3 г корня петрушки, 200 г картофеля, 100 г соуса лукового (томатного, молочного или сметанного), 4 г сыра, 6 г сухарей, 5 г маргарина столового.

### Мозги в молочном соусе, запеченные

Сварить мозги так же, как для блюда мозги отварные. Нарезанные на порции куски отварных мозгов посолить, запанировать в муке и обжарить. На порционную сковороду, смазанную жиром, подлить немного молочного соуса, на него положить обжаренные мозги и ломтики отварных шампиньонов или белых грибов. Затем их залить оставшимся соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть жиром и запечь в духовом шкафу.

Подать в порционной сковороде. Отдельно подать гарнир: припущенный рис, зеленый консервированный горошек с жиром или картофельным пюре.

На 140 г мозгов — 4 г лука репчатого, 3 г корпя петрушки, 5 г уксуса, 5 г муки пшеничной, 8 г маргарина столового для жарения, 35 г грибов, 100 г соуса молочного, 4 г сыра, 5 г маргарина.

## ГАРНИРЫ К МЯСНЫМ БЛЮДАМ

Гарниры значительно разнообразят мясные блюда, повышают их калорийность и улучшают вкус. Для блюд из отварного мяса гарниром могут служить отварные овощи (картофель, морковь, репа, консервированный зеленый горошек, кукуруза, стручки фасоли), а также отварной рис. Для блюд из тушеного мяса идет картофель, морковь, репа, лук. Эти овощи предварительно поджаривают, а затем тушат вместе с мясом.

К мясу, зажаренному целым куском (телятина, баранина, свинина), подается жареный картофель или картофельное пюре, каша и отдельно — различные салаты, маринованные ягоды и фрукты, а также квашеная капуста или огурцы. К мясу, зажаренному порционными кусками, подаются как свежие, так и консервированные овощи, приготовленные в масле или в молочном соусе, пюре из овощей, картофель в различных видах, жареные помидоры, кабачки, грибы; к свинине, кроме того — тушеная капуста, а к баранине — фасоль в томате или масле.

Гарнир следует укладывать таким образом, чтобы блюдо имело красивый вид.

Способы приготовления гарниров описаны в соответствующих разделах книги.

## СОУСЫ К МЯСНЫМ БЛЮДАМ

Соусы необходимы для мясных блюд, особенно для отварных и тушеных. Благодаря соусу блюдо становится более сочным, приобретает приятный вкус Хороший соус может получиться лишь в том случае, если он приготовлен на вкусном бульоне.

Для приготовления большинства соусов применяется пшеничная мука, поджаренная в масле, и бульон Муку для белого соуса следует поджаривать слегка до светло-желтого оттенка, а для красного — до темно-коричневого

Прожаренную муку надо развести горячим бульоном и проварить на слабом огне, наблюдая чтобы соус не пригорел. По окончании варки соус процедить сквозь частое сито, посолить, добавить кусочек сливочного масла и тщательно вымешать, чтобы масло соединилось с соусом. Для улучшения вкуса соуса рекомендуется добавлять 1—2 ст. ложки виноградного вина на стакан соуса (для белого соуса надо брать белое вино, а для красного — мадеру или портвейн). Для жареного мяса в большинстве случаев идет не соус, а мясной сок, получающийся при жарении мяса (говядины, телятины, свинины, баранины) или птицы. К мясным блюдам, помимо указанных ниже, рекомендуется применять готовые соусы-приправы: «Южный», «Любительский» и «Восточный».

**Сок мясной (для жареного мяса)**

Мясо, поджаренное порционными кусками, переложить на блюдо, а на сковороду или в неглубокую кастрюлю, в которой жарилось мясо, подлить немного мясного бульона или воды и прокипятить. Полученный сок процедить сквозь сито и полить им мясо, уложенное на блюдо.

Если мясо жарилось крупным куском (телятина, баранина, свинина или тушка птицы), то по окончании жарения слить жир и, подлив вместо него немного бульона или воды, прокипятить 1—2 минуты. Полученный сок процедить сквозь сито и полить им мясо или птицу, уложенные на блюдо.

Соус красный (для рубленых котлет, рулета, жареного мяса, языка с горошком и др.)

Столовую ложку муки поджарить с таким же количеством масла до темно-коричневого цвета, после чего смешать с томатом-пюре и развести 2 стаканами мясного бульона. Добавить слегка поджаренные нарезанные коренья и лук и проварить на слабом огне в течение 20—30 минут. По окончании варки добавить в соус соль, 1—2 ст. ложки вина (мадеры или портвейна) и процедить сквозь сито.

На 1 ст. ложку муки — по 1 моркови, петрушке, луковице (некрупных), 1 ст. ложку томата-пюре, 1,5 ст. ложки масла.

**Соус томатный (для жареного мяса, рубленых котлет, мозгов, жаренных в сухарях, и др.)**

Очищенные коренья и лук нарезать и поджарить с одной столовой ложкой масла и неполной столовой ложкой муки, затем добавить томат-пюре, размешать, развести стаканом мясного бульона и проварить на слабом огне 8—10 минут. По окончании варки в соус добавить соль, столовую ложку острого томатного соуса, кусочек масла и тщательно перемешать до полного соединения с соусом, после чего процедить сквозь сито.

На 1/2 стакана томата-пюре — 1 неполную ст. ложку муки, по 1 моркови, петрушке и луковице (некрупных), по 1 ст. ложке соуса острого томатного и масла.

**Соус луковый острый (для жареного и тушеного мяса, печени, рубленых котлет)**

Одну столовую ложку муки поджарить с таким же количеством масла и развести 2 стаканами бульона. Лук репчатый (2 головки) очистить, мелко изрубить и поджарить на масле. После этого добавить 2 ст. ложки томата-пюре, соль, перец и еще раз прожарить. Затем влить 2—3 ст. ложки уксуса, уварить до густоты сметаны и, добавив рубленых корнишонов, соединить с соусом и кипятить в течение 5 минут.

**Соус белый (для отварных кроликов, телятины, баранины и кур)**

Столовую ложку муки слегка поджарить с таким же количеством масла, развести процеженным бульоном, полученным от варки кролика, курицы, баранины или телятины, и варить на слабом огне 5—10 минут. После этого соус снять с огня, добавить яичный желток, смешанный в стакане с небольшим количеством соуса, положить по вкусу соль, кусочек масла и перемешать.

На 1 ст. ложку муки — 1,5 стакана бульона, 1 желток яичный, 2 ст. ложки масла.

**Соус белый с каперсами (для отварной телятины, баранины, кролика, кур)**

Приготовить белый соус, как указано выше, и добавить в него 1,5 ст. ложки мелких каперсов.

Соус с хреном (для отварной говядины, солонины, баранины, свинины, языка)

Столовую ложку муки слегка поджарить с таким же количеством масла, развести стаканом горячего бульона, полученного при варке мясных продуктов, добавить сметану и варить на слабом огне 5—10 минут. Одновременно подготовить хрен: в маленькую кастрюлю или на сковороду положить по 2 ст. ложки сливочного масла и тертого хрена и слегка прожарить. Затем влить 1—2 ст. ложки (в зависимости от крепости) уксуса и такое же количество воды или бульона, добавить 1 лавровый лист, 5—8 горошин черного перца и поставить на огонь для того, чтобы выпарить жидкость. Проваренный хрен положить в приготовленный соус, прокипятить и, сняв с огня, посолить, прибавить кусочек масла и размешать.

На 1 ст. ложку муки — 2 ст. ложки хрена натертого, 1/2 стакана сметаны, по 2 ст. ложки уксуса и масла.

## Соус сметанный (для битков и котлет, печени, жареной дичи)

Столовую ложку муки слегка поджарить с таким же количеством масла, развести одним стаканом горячего мясного бульона или овощного отвара, положить сметану и варить на слабом огне 5—10 минут. По окончании варки в соус добавить соль, кусочек масла и перемешать.

На 1/2 стакана сметаны — по 1 ст. ложке муки и масла.

## Соус молочный

Пшеничную муку спассеровать до светло-желтого цвета, развести горячим молоком, добавить сахар, варить 7—10 минут при слабом кипении, потом посолить и процедить.

На 4—5 стаканов молока для соусов: жидкого — 2 ст. ложки муки пшеничной, 1 ст. ложку масла сливочного, 1 чайную ложку сахара; средней густоты — 3—4 ст. ложки муки пшеничной, 2 ст. ложки масла сливочного; густого — 5 ст. ложек муки пшеничной, 3 ст. ложки масла сливочного.

## Соус из горчицы

С пассерованную на сливочном масле пшеничную муку развести бульоном, добавить горчицу в порошке, соль, сахар, уксус, сметану, все хорошо перемешать и прогреть.

На 3 ст. ложки горчицы — 1 ст. ложку масла сливочного, 3/4 ст. ложки муки, 2 стакана бульона, по 1 ст. ложке сахара, 9 %-ного уксуса и сметаны, соль.

## Соус из чернослива

Хорошо растертое с подсушенной мукой сливочное масло соединить при сильном помешивании с горячим мясным бульоном, перебранным, промытым черносливом и дать массе хорошо прокипеть.

На 200 г чернослива — 3 стакана бульона мясного, 1 ст. ложку масла сливочного, 1 ст. ложку муки пшеничной.

## Соус пикантный

Рубленый лук спассеровать на маргарине до полуготовности; добавив уксус и специи, прокипятить 8—10 минут. Смесь соединить с красным соусом, посолить и варить 10—15 минут на слабом огне. Затем ввести соус «Южный», сахар, масло и рубленые корнишоны.

## Соус красный с вином

В красный основной соус влить вино, Прокипятить и заправить маслом.

На 1 кг соуса красного основного — 100 г вина сухого красного, 20 г масла сливочного, соль.

## Соус «Охотничий»

Лук и грибы изрубить, слегка обжарить, затем проварить с вином. Выпарив его на 1/3 первоначального объема, смесь ввести в красный основной соус. Добавить прожаренный томат, сахар, соль и варить 10—15 минут. Перед окончанием варки положить измельченную зелень. Довести до кипения и заправить маслом.

На 800 г соуса красного основного — 200 г лука репчатого, 200 г грибов свежих, 50 г маргарина сливочного или сала топленого, 100 г вина красного сухого, 100 г томата-пасты, 5 г сахара, 50 г масла сливочного, зелень петрушки или укроп, эстрагон, соль.

## Соус томатный с грибами и овощами

Морковь, петрушку, стручковый сладкий перец, репчатый лук нашинковать соломкой, грибы обжарить на масле (сушеные предварительно отварить), после чего их соединить, залить белым соусом с томатом, добавить фюме (коричневый бульон сгущенный) и варить при слабом кипении 15—20 минут. За 2—3 минуты до окончания варки в соус положить мелко нарезанные листья эстрагона и шпината, а по окончании варки — соль, мелко нарубленный чеснок, сливочное масло или маргарин.

На 700 г соуса белого с томатом — 250 г лука репчатого, 150 г грибов свежих белых или шампиньонов

или 40 г грибов сушеных, 75 г перца стручкового сладкого, 10 г моркови, 20 г корня петрушки или сельдерея, 35 г маргарина, 5 г эстрагона, 10 г шпината, 3 г чеснока, 30 г масла сливочного.

# ДОМАШНЯЯ ПТИЦА И ДИЧЬ

Для приготовления блюд из домашней птицы используются главным образом куры, утки, гуси, индейки, а из дичи — рябчики, куропатки, тетерева, глухари, фазаны. Домашняя птица большей частью поступает в продажу мороженой и ощипанной, но непотрошеной; немороженная птица продается обязательно потрошеной или полупотрошеной, а дичь — рябчики, куропатки, тетерева, фазаны — в пере. Кур для жарения лучше брать молодых; старых можно использовать для варки или приготовления рубленых котлет.

Ощипывать птицу следует, начиная с шеи. Чтобы не повредить кожу при выдергивании перьев, ее надо растягивать как можно сильнее пальцами левой руки: разрывы портят внешний вид птицы и способствуют высыханию ее при обжаривании.

Ощипанную тушку птицы надо опалить для удаления оставшегося пуха, предварительно расправив тушку так, чтобы не было складок кожи, обсушив ее полотенцем и натерев мукой. Необходимо следить, чтобы тушка не закоптилась.

После опаливания следует отрубить шею и лапки и осторожно выпотрошить, стараясь не раздавить желчный пузырь. Выпотрошенную тушку тщательно промыть, не оставляя внутри сгустков крови. Необходимо также удалить пеньки перьев, которых особенно много бывает у гусей и уток.

Жарить птицу можно как на сковороде, так и в неглубокой кастрюле или гусятнице с разогретым маслом. Продолжительность жарения для отдельных видов домашней птицы различна в зависимости от ее возраста и величины.

Чтобы образовалась румяная корочка, кур и цыплят желательно перед обжариванием смазать сметаной.

Перед подачей на стол готовую птицу разрубают на порционные куски. Сначала тушку рубят вдоль по грудке на две части, а затем отделяют ножки от филейчиков. Филейчики и ножки, в свою очередь, можно разделить на части, причем разрубка производится также вдоль филейчиков или ножек.

Для приготовления горячих блюд из птицы можно использовать консервы.

В тех случаях, когда старую курицу желательно все же приготовить в жареном виде, ее предварительно варят. Сваренную курицу обжаривают в сухарях или в натуральном виде. Для обжаривания в сухарях курицу разрубают на куски, которые обваливают сначала в муке, а затем, смочив разведенным

яйцом, — в сухарях. При изготовлении в натуральном виде кожицу вареной курицы смачивают сметаной и обжаривают на хорошо разогретом жире, что дает возможность получить румяную корочку.

## Куры или цыплята паровые

Подготовленную сырую курицу или цыпленка положить в кастрюлю, заправив ножки «в кармашки», а крылышки подогнув к спинке. Добавить очищенные, промытые и разрезанные коренья и лук, залить мясным бульоном или водой на 3/4 высоты тушки, посолить и, закрыв кастрюлю крышкой, поставить варить. Варка курицы продолжается 1—1,5 часа, цыпленка 30—40 минут.

По окончании варки курицы или цыпленка приготовить соус. Для этого 1,5 ст. ложки муки слегка прожарить с таким же количеством масла, развести 1,5—2 стаканами бульона, полученного при варке птицы, размешать и проварить в течение 5—10 минут. Если цыпленок небольшой, то количество муки и масла уменьшают. Полученный соус процедить, прибавить чайную ложку лимонного сока (или лимонной кислоты), по вкусу — соль, кусочек сливочного масла и тщательно размешать до полного соединения масла с соусом. Еще вкуснее получается соус, если в него при варке добавить 1/2 стакана белого виноградного вина.

При подаче на стол курицу или цыпленка разрубить на части, уложить на подогретое блюдо и залить приготовленным соусом. На гарнир можно подать стручки фасоли, заправленные маслом, отварной рис или отварной картофель.

В соус можно добавить белые грибы или шампиньоны в отваренном виде, нарезанные ломтиками.

На 1 курицу или цыпленка — 1,5 ст. ложки муки, по 1 моркови и петрушке, 1 луковицу и 2 ст. ложки масла.

## Курица под белым соусом

Сваренную курицу разрубить на части, уложить на блюдо и залить белым соусом. На гарнир подать отварной рис, заправленный маслом.

Это блюдо готовят в тех случаях, когда варится куриный бульон, используемый для приготовления первого блюда; для соуса берется только часть бульона, причем в него лимонная кислота не добавляется. Кроме того, он должен быть густым.

На 1 курицу — 2 ст. ложки муки и 2 ст. ложки масла.

## Курица фаршированная

С тушки молодой курицы снять кожу и разложить ее на влажной салфетке (марле). Приготовить фарш: куриную мякоть пропустить через мясорубку, соединить с замоченным в молоке хлебным мякишем и вновь перемолоть. Затем вымешать с размягченным маслом, яйцами, молоком, солью и специями. Массу выложить на кожу, разровнять и завернуть рулетом или сформовать в виде тушки. Концы салфетки перевязать. Варить в небольшом количестве бульона под крышкой на слабом огне (время варки — 35—40 минут на 1 кг фарша).

Порцию курицы положить на блюдо, на гарнир подать рис, стручки фасоли, горошек и полить белым соусом с желтком. Готовую курицу можно полить маслом и зарумянить в духовом шкафу. В этом случае подать под красным соусом с мадерой.

На 1 порцию — 10 г мякиша хлебного, 25 г сливок или молока, 10 г масла сливочного, 1/4 яйца, 75 г соуса, соль, перец.

## Цыплята жареные

Подготовить тушки цыплят, посолить и обжарить со всех сторон на разогретой сковороде или в неглубокой кастрюле с маслом. После обжаривания цыплят поставить в духовой шкаф. При его отсутствии подлить на сковороду 1— 2 ст. ложки воды, накрыть крышкой и дожарить цыплят на слабом огне в течение 20 —30 минут.

Готовых цыплят разрубить на части, уложить на блюдо, полить прокипяченным соком, полученным при жарении, и украсить веточками зелени петрушки или салата. Отдельно можно подать салат из зелени или овощей и фруктов, салат картофельный или из салатного сельдерея.

Таким же способом можно приготовить молодую курицу.

На 1 цыпленка — 2 ст. ложки масла.

## Цыплята жареные с помидорами и кабачками

Подготовленного цыпленка разрезать на 4 части, надрезать сухожилия суставов ножек и крылышек, расправить их и слегка отбить тяпкой. После этого посолить, посыпать перцем, положить

кожицей вниз в разогретую с маслом неглубокую кастрюлю и обжарить. Затем перевернуть, обжарить другую сторону, прибавить 2 ст. ложки сметаны, накрыть кастрюлю крышкой, и дожарить цыплят на слабом огне в течение 10—15 минут. Отдельно поджарить помидоры, разрезанные пополам, и кабачки, очищенные и нарезанные кружочками.

При подаче на стол готовых цыплят уложить на подогретое блюдо и загарнировать кружками обжаренных кабачков и помидоров, полить процеженным соком, полученным при жарении, и посыпать зеленью петрушки или укропом.

## Цыпленок на вертеле

Подготовленную выпотрошенную среднего размера тушку цыпленка промыть, посолить, посыпать перцем, надеть на металлический вертел, продев его наискось тушки (от ножки к крылышку), и жарить над раскаленными углями (без пламени) в течение 20—30 минут. Во время жарения тушку цыпленка надо смазывать сливочным маслом, а вертел поворачивать, чтобы цыпленок равномерно прожарился.

При подаче на стол цыпленка снять с вертела, уложить на подогретое блюдо и загарнировать листиками салата, свежими или малосольными огурцами и свежими или консервированными помидорами.

Отдельно можно подать соус «ткемали», который готовится так.

Промытые кислые сушеные сливы отварить в воде. Отвар процедить и сливы (без косточек) протереть сквозь сито, развести отваром до густоты жидкой сметаны, добавить толченый чеснок, соль, молотый перец, мелко нарезанную зелень киндзы или укроп. Дать закипеть, после чего охладить. Соус «ткемали» подают также к шашлыку, филе и др.

Таким же способом можно приготовить рябчика, куропатку и другую мелкую дичь. Куропатку перед жарением надо разрезать вдоль по грудке, не прорезая спинки.

## Цыпленок «табака»

Подготовленную тушку надрезать вдоль грудки, развернуть по надрезу, натереть чесноком, перцем, солью и положить на разогретую с маслом сковороду. Накрыть тарелкой и придавить каким-нибудь грузом, чтобы тушка плотно прилегала ко дну сковороды. Жарить на среднем огне до появления румяной корочки с обеих сторон (примерно 30 минут).

Подавать можно с гарниром (жареным картофелем, помидорами, отварным рисом, огурцами, консервированными фруктами и др.) или соусом (томатным, ореховым).

На 1 цыпленка весом 400—500 г — 30 г масла сливочного, соль, перец молотый, чеснок.

## Цыпленок в сметане

Тушку выпотрошить, промыть, разрубить пополам, посолить внутри и снаружи, смазать со всех сторон сметаной и обжарить. В сотейник влить оставшееся на сковороде масло, положить куски цыпленка и влить оставшуюся сметану. Тушить до готовности на слабом огне, за 5 минут до конца тушения заправить рубленым укропом.

На 1 цыпленка весом 200 г — 30 г масла сливочного, 50 г сметаны, соль, укроп.

## Куры, жаренные в сухарях

Курицу сварить и разрубить на части. Затем каждый кусочек посолить, обвалять сначала в муке, а затем, смочив разведенным яйцом, — в сухарях и обжарить на масле в течение 8—10 минут. Когда на поверхности кусков курицы образуется равномерная румяная корочка, уложить их на блюдо, полить маслом и украсить ветками зелени петрушки. Отдельно подать зеленый салат, огурцы или салат из овощей и ломтики лимона.

На 1 курицу — 1/2 стакана сухарей, 2 ст. ложки муки, 1 яйцо, 4—5 ст. ложек масла.

## Чахохбили из кур

Подготовленную тушку курицы промыть, разрубить на небольшие куски и обжарить в неглубокой кастрюле с разогретым маслом. После этого в кастрюлю положить мелко нарезанный лук, томат-пюре, добавить уксус, вино, 1/2 стакана мясного бульона, соль, перец. Кастрюлю закрыть крышкой и тушить 1,5 часа на слабом огне. Перед окончанием тушения положить нарезанные дольками помидоры.

При подаче на стол на каждый кусок курицы положить ломтики лимона и посыпать зеленью.

Таким же способом можно приготовить чахохбили из

баранины, которую надо нарубить по 3—4 кусочка на порцию.

На 1 курицу (или 500 г баранины) — 2 луковицы, 2 ст. ложки томате-пюре, 1 ст. ложку уксуса, 2 ст. ложки вина (портвейн, мадера) и 2—3 ст. ложки масла.

## Индейка жареная

Подготовленную индейку посолить со всех сторон, положить на сковороду спинкой вверх, полить растопленным маслом, прибавить 1/2 стакана воды и поставить жарить в не слишком жаркий духовой шкаф. Во время жарения индейку необходимо поливать с ложки образовавшимся на противне соком и поворачивать, чтобы она зарумянилась со всех сторон (жарится индейка от 1 до 2,5 часа, в зависимости от величины). По окончании жарения индейку снять, слить жир, добавить стакан мясного бульона или воды, прокипятить и процедить.

В тех случаях, когда индейку готовят не целой тушкой, а половинками, после обработки и подготовки ее жарят на сковороде.

При подаче на стол индейку надо разрубить сначала на две половины, затем каждую половину на 4—8 кусков и уложить на подогретое блюдо, полив соком и украсив зеленью петрушки или листиками салата. На гарнир можно подать печеные яблоки или жареный картофель, отдельно — зеленый салат, огурцы, маринованные фрукты и ягоды.

Таким же способом жарят и кур, причем жарение, в зависимости от величины курицы, продолжается 1—1,5 часа.

## Индейка, фаршированная рисом

Сердце, печень, жир, кусочки кожи мелко нарезать и поджарить. Добавив рис, продолжать жарение. Затем влить немного воды, чтобы рис набух. Массу посыпать солью, перцем, мелко нарезанным жареным луком, изюмом, рубленой зеленью и вымешать. Тушку начинить, зашить, полить растопленным маслом и поставить в нагретый духовой шкаф. Подать на стол с соленьями. (Старую индейку нужно предварительно отварить.)

На 1 индейку весом 2,5—3 кг — 100 г лука, 100 г масла сливочного, 230 г риса, 50 г изюма, зелень петрушки.

## Завиванец из индейки

Подготовленную тушку разрубить пополам и из половинки, предназначенной для приготовления завиванца, удалить кости, снять мякоть с крыла и бедра, а кожей с них изнутри закрыть отверстия. На подготовленный из кожи и мяса пласт индейки, положенный кожей вниз, положить начинку, свернуть рулетом, концы зашить, все перевязать ниткой. Обжаривать на масле. Затем положить в сотейник, добавить очищенные и нарезанные морковь, петрушку, сваренные сушеные белые грибы, посолить, залить до половины бульоном, сваренным из костей. Тушить до готовности.

Подать на стол с тушеной морковью или рисовой кашей, полить процеженным соком, в котором тушилась индейка.

Начинку готовят так: сваренные желудок, сердце, поджаренную печень и мясо, срезанное с костей индейки, пропустить через мясорубку вместе с замоченным в молоке хлебом и поджаренным луком. Все хорошо растереть, добавить сырое яйцо, соль, перец, перемешать, разводя бульоном.

На 1 кг индейки — 2 моркови, 1 корень петрушки, 8 грибов белых сушеных, соль.

Для начинки — срезанное с костей мясо индейки, печень, сердце, 200—300 г хлеба пшеничного, 1 стакан молока, 2 луковицы, 2 яйца, 2 стакана бульона, соль, перец

## Утка фаршированная

С обработанной тушки утки снять кожу. Делается это так: разрезать кожу на спине и осторожно снять ее, как перчатку. Косточки остаются только в крылышках и на концах ножек. Освободить мясо утки от костей. Фарш готовить из мяса утки, свинины (300—400 г), кусочка шпика (100 г), ломтика хлеба, вымоченного в молоке. Все это пропустить через мясорубку. В готовый фарш ввести зеленый горошек (100 г) и взбитые белки 3 яиц. Готовым фаршем заполнить кожу утки, зашить разрезы. Фаршированную утку нужно завернуть в марлю и отварить в небольшом количестве воды — она должна лишь чуть покрывать утку. Крышка закрыта! Варить 40 минут в подсоленной воде.

Готовую утку выложить на блюдо спинкой вниз. Ее можно украсить овощами, фруктами, клюквой, брусникой, вареными яйцами, солеными огурцами.

## Гусь или утка по-деревенски

Обработанную тушку гуся (или утки) разрубить на кусочки (по 50 г) и сложить в горшочек. Влить немного воды и, закрыв крышкой, варить до полуготовности. Затем добавить соль, перец, мелко нашинкованный лук, нарезанную морковь, перебранную гречневую крупу (или пшено) и варить до тех пор, пока крупа немного разварится. Затем добавить сметану и в закрытом горшочке в духовом шкафу довести блюдо до полной готовности.

На 1 порцию гуся (или утки) — 60 г крупы, 20 г лука, 40 г моркови, 50 г сметаны, соль, перец.

## Гусь или утка, жаренные с яблоками

Подготовленного гуся нафаршировать яблоками, очищенными от сердцевины и нарезанными дольками. Отверстие в брюшке зашить ниткой. В таком виде гуся положить спинкой на сковороду, добавить 1/2 стакана воды и поставить в духовой шкаф жариться. Во время жарения гуся необходимо несколько раз поливать вытопившимся жиром и соком. Жарить гуся следует 1—2 часа. Из готового гуся удалить нитки, вынуть ложкой яблоки, поместить их на блюдо, гуся разрубить и уложить на яблоки.

Таким же способом готовят и утку с яблоками. Гусь и утка, не фаршированные яблоками, жарятся так же. На гарнир к ним могут быть поданы печеные яблоки, тушеная капуста, гречневая каша (рассыпчатая) или картофель.

На 1 гуся — 1—1,5 кг яблок антоновских, 2 ст. ложки масла; на 1 утку — 750 г яблок.

## Рагу из потрохов

Хорошо очищенные и промытые потроха домашней птицы посолить и слегка обжарить на сковороде, после чего посыпать мукой и жарить еще несколько минут. Затем обжаренные потроха сложить в неглубокую кастрюлю, залить 2 стаканами бульона или воды, добавить томат-пюре, накрыть посуду крышкой и тушить на слабом огне.

Через 1/2 часа после начала тушения добавить очищенные, нарезанные дольками и обжаренные картофель и овощи (морковь, петрушку, лук), перец и лавровый лист. Все это осторожно перемешать и снова поставить тушить на 1/2 часа.

На 500 г потрохов — 600 г картофеля, 2 моркови, 1 корень петрушки, 1 луковицу, 1/2 стакана томата-пюре,

1 ст. ложку муки, 2 ст. ложки масла.

## Шейка гусиная с начинкой

С подготовленной гусиной шейки осторожно снять кожу, зачистить от жира, зафаршировать, зашивая оба конца. Положить в сотейник и жарить на сливочном масле или маргарине.

Начинку приготовить следующим образом. Ячневую крупу замочить в горячей воде для набухания. Затем добавить очищенные, промытые, мелко нарезанные, обжаренные печень, желудок, лук, гусиный жир, перец, соль, Все перемешать и развести бульоном.

На 1 шейку гусиную — стакана крупы ячневой, 2 ст. ложки масла сливочного или маргарина, 1 гусиную печень, 1 желудок, 1/'2 луковицы, соль, перец.

## Крылышки, шейки в белом соусе

Крылышки и шейки домашней птицы порубить кусочками, залить горячей водой и довести до кипения. Сняв пену, положить лук, петрушку и морковь, нарезанные дольками, соль. Довести до кипения под крышкой, затем переложить в другую посуду, залить частью бульона и поставить на краю плиты. На оставшемся бульоне приготовить соус.

Подать с рассыпчатым отварным рисом, полив соусом.

На 150 г крылышек и шеек — 5 г лука, 1 корень петрушки, 1 небольшую морковь, 75 г соуса.

## Котлеты пожарские

Курицу опалить, выпотрошить и промыть. Отделить вместе с кожей мякоть от костей, пропустить через мясорубку, затем добавить замоченный в молоке белый хлеб, вторично пропустить через мясорубку, положить немного разогретого масла, посолить и тщательно вымешать. Полученный фарш разделать в виде небольших котлет и обвалять в сухарях. Подготовленные котлеты обжарить на масле с обеих сторон на разогретой сковороде, примерно, в течение 4—5 минут, пока не образуется слегка подрумяненная корочка. После этого сковороду с котлетами поставить на 5 минут в духовой шкаф или накрыть крышкой и оставить на некоторое время на слабом огне.

При подаче на стол готовые котлеты уложить на блюдо и

полить растопленным маслом. На гарнир можно подать зеленый горошек, фасоль, цветную капусту, предварительно сваренные и заправленные маслом, а также жареный картофель.

Оставшиеся кости курицы и потроха используются для варки бульона.

На 1 курицу весом около 1 кг — 100 г хлеба белого, 1/2 стакана молока, 2 ст. ложки сухарей, 4—5 ст. ложек масла.

## Сиченики куриные

Мякоть, снятую с подготовленной тушки курицы, пропустить через мясорубку вместе с замоченным в молоке хлебом без корки, добавить яйцо, соль. Все хорошо перемешать, разделать сиченики, обвалять в сухарях, жарить на сливочном масле или маргарине.

На стол подать с вареным зеленым горошком, картофельным пюре или рисовой кашей, полить растопленным сливочным маслом.

На 500 г мякоти куриной — 50—60 г хлеба пшеничного, 3/4 стакана молока, 1 яйцо, 1/2 стакана сухарей, 2—3 ст. ложки масла сливочного или маргарина, соль.

## Рябчик, куропатка, тетерев жареные

Подготовленного рябчика, куропатку или тетерева посолить, положить в кастрюлю с разогретым маслом и обжарить со всех сторон до образования румяной корочки. Потом тушку перевернуть на спинку и поставить в духовой шкаф на 15—25 минут (тетерев жарится 35—45 минут). Во время жарения тушку надо поливать жиром. Когда птица будет готова, вынуть ее и разрубить вдоль на две части. Тетерева разрубают на 4—6 частей.

На гарнир можно подать жареный картофель или набор овощей, зеленый салат, красную капусту, маринованные фрукты и ягоды.

На 1 тетерева, рябчика, куропатку — 1—2 ст. ложки масла.

## Вальдшнеп, бекас, чирок, перепел жареные

Подготовленную дичь слегка посолить, положить в

разогретую с маслом неглубокую кастрюлю или на сковороду и обжарить со всех сторон до образования румяной корочки. После этого кастрюлю поставить в духовой шкаф или же покрыть крышкой и дожарить на слабом огне, периодически поливая дичь маслом, на котором она жарится. Время жарения вальдшнепа, бекаса и чирка 20—25 минут, перепела 10—15 минут.

Готовую дичь вынуть из кастрюли и положить на разогретое блюдо, уложив на ломтики хлеба, поджаренного в масле (ломтики хлеба нарезать в виде квадратиков толщиной 1—1,5 см, сделав в середине небольшое углубление). Сверху дичь покрыть ломтиками поджаренного шпика, полить процеженным соком, полученным при жарении, и растопленным маслом, с боков украсить зеленью петрушки. Отдельно подать зеленый салат, салат из фруктов или из сельдерея.

## Кролик в белом соусе

Кролика хорошо обмыть, разрубить на части, положить в кастрюлю, залить горячей водой с таким расчетом, чтобы вода только покрыла мясо. Когда вода закипит, снять накипь, посолить и положить очищенные и промытые морковь, лук, петрушку, 5—8 горошин перца (или 1/10 стручкового), лавровый лист (1—2 листика) и при слабом кипении варить 40—60 минут. Готового кролика вынуть из кастрюли, разрубить на порции, положить на блюдо и полить белым соусом, приготовленным на бульоне, полученном при варке кролика.

На гарнир подать отварной картофель или картофельное пюре, рис, заправленный маслом.

На 1 кролика — по 1 моркови, петрушки и лука.

## Бабка из крольчатины

Отделенное от костей мясо нарезать мелкими кусочками и вместе с размоченным пшеничным хлебом 2 раза пропустить через мясорубку, добавить сливочное масло, сметану, яйца и все хорошо вымешать. Смазанную маслом форму заполнить приготовленной массой, затем поставить в противень с водой и запечь в духовом шкафу.

Подать на стол с грибной подливой, которую готовят так. Очищенные и мелко нарезанные морковь, петрушку обжарить вместе с мукой, смешать с вареными, нарубленными сушеными грибами, посолить, залить грибным бульоном и все хорошо проварить.

На 1 кг крольчатины — 1 стакан сметаны, 2 яйца, 150 г хлеба пшеничного, 2 ст. ложки масла сливочного, 5—6 грибов сушеных, 2 луковицы, 1 морковь, 1/2 корня петрушки, 1,5 ст. ложки муки, соль.

## Заяц, тушенный в сметане

Зайца разрубить на части (почечную, окорочка, лопатки), срезать пленки, промыть, сложить в миску, залить холодной водой с добавлением уксуса (стакан уксуса на 1 л воды) и оставить в таком виде на 2—3 часа для маринования. После этого куски зайца вынуть из маринада, положить на противень или сковороду, посолить, прибавить очищенные нарезанные коренья и лук, полить маслом и поставить жарить в горячий духовой шкаф, пока не образуется румяная корочка. Во время жарения надо периодически поливать зайца соком, образовавшимся на противне. По окончании жарения разрубить зайца на порционные куски, сложить в неглубокую кастрюлю, залить соусом, приготовленным из сметаны и сока, закрыть крышкой и поставить в духовой шкаф на 25—30 минут для тушения.

Применяют и другой способ. Зачищенные части зайца нарубают на порционные куски, держат в маринаде 1—1,5 часа, после чего обжаривают куски на сковороде с маслом, затем укладывают в кастрюлю.

Для приготовления соуса сметану и сок, полученный при жарении зайца, влить в кастрюлю, посолить, поставить на огонь, дать закипеть, затем прибавить 2 ст. ложки муки, предварительно поджаренной с маслом и разведенной 1 стаканом бульона или воды, и, непрерывно помешивая, проварить в течение 3—4 минут. После этого соус процедить в посуду с зайцем. При подаче на стол переложить зайца на блюдо вместе с соусом и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропом. На гарнир подать картофель отварной или жареный.

Особенно вкусным бывает заяц, если его перед жарением нашпиговать. Для этого свиной шпик нарезается брусочками длиной 4—5 см и толщиной 0,5 см, в мякоти зайца делаются деревянными колышками проколы, в которые вставляются брусочки шпика.

На 1 зайца весом около 3 кг — по 2 моркови и петрушки, 2 луковицы, 1 стакан уксуса, 2 стакана сметаны, 2 ст. ложки муки и 3 ст. ложки масла.

## Котлеты по-охотничьи

Мякоть дичи (заяц, дикая коза, глухарь, тетерев) пропустить через мясорубку, соединить с хлебом, предварительно замоченным в молоке, солью, перцем и еще раз перемолоть. Массу вымешать с размягченным маслом и разделать на лепешки толщиной 1 см. Подготовить начинку: грибы отварить в подсоленной воде, отжать, мелко изрубить, поджарить. Залить сметаной, прокипятить до загустения и заправить солью, перцем. Начинку завернуть в мясные лепешки. Котлеты запанировать в сухарях, обжарить и довести до готовности в духовом шкафу.

При подаче на стол полить растопленным маслом и мясным соком, приготовленным из обжаренных костей дичи. На гарнир подать картофель и овощи.

На 1 котлету весом 80 г — 20 г хлеба пшеничного, 30 г молока, 15 г масла сливочного, 10 г сухарей, 10 г жира говяжьего, 20 г грибов свежих, 10 г сметаны, соль, перец.

# ОВОЩИ И ГРИБЫ

В овощах имеются необходимые для организма питательные вещества: углеводы, белки, минеральные соли и витамины. Овощи не содержат такого большого количества белков, как продукты животного происхождения, и практически не содержат жиров, но они значительно богаче минеральными солями и витаминами. Кроме того, овощи благодаря наличию в них органических кислот и эфирных масел обладают приятным вкусом и позволяют разнообразить пищу. Некоторые овощи, как, например, салат, редис, помидоры, огурцы, употребляют в сыром виде, но в большинстве случаев овощи варят (в воде или на пару), тушат, жарят или запекают. Из овощей можно приготовить большое количество разнообразных блюд, отличающихся высокими вкусовыми качествами и пищевой ценностью.

Овощи прежде всего надо тщательно промыть, так как обычно они загрязнены землей, затем очистить. Картофель, морковь, свеклу и другие корнеплоды чистят острым ножом, срезая по возможности только кожуру. Для этого лучше пользоваться специальным желобковым ножом. Очищать овощи рекомендуется незадолго до приготовления блюда, так как, заранее очищенные, они теряют аромат и увядают; картофель, оставленный очищенным без воды, быстро темнеет. (Во избежание этого очищенный картофель надо класть в холодную воду.) После очистки овощи нужно снова промыть в холодной воде, а затем нарезать (ломтиками, брусочками, соломкой, кубиками и т. п.).

Овощи, особенно приготовленные в отварном виде, рекомендуется подавать с каким-либо соусом, которые придают овощным блюдам приятный вкус.

## ОТВАРНЫЕ ОВОЩИ

Варить овощи можно в воде или на пару. Воду для варки нужно наливать в таком количестве, чтобы она лишь покрывала овощи. Размер посуды должен соответствовать количеству овощей.

Для варки на пару более всего подходит кастрюля со вставной сеткой. Если же такой кастрюли нет, можно варить в обычной, поместив в нее дуршлаг и накрыв крышкой. На дно кастрюли нужно подлить немного воды, из которой при нагревании образуется пар.

Варка овощей на пару имеет свои преимущества и недостатки. Преимуществом является меньшее выщелачивание из

овощей минеральных веществ. Кроме того, овощи, сваренные таким способом, по вкусу и аромату более приближаются в свежим, чем овощи, сваренные в воде. К недостаткам нужно прежде всего отнести большую продолжительность варки и более разрушительное действие на витамины, содержащиеся в овощах.

## Картофель отварной

Картофель очистить, промыть, залить горячей водой и поставить варить. Как только вода закипит, положить соль и продолжать варку еще 20 минут, пока картофель не сделается мягким. При этом нужно следить, чтобы картофель не переварился. Как только картофель будет готов, слить воду, кастрюлю накрыть крышкой и в таком виде оставить на слабом огне на 5—10 минут для обсушки. Готовый картофель переложить на горячее блюдо.

Отдельно подать масло.

## Картофель молодой в сметане

Очищенный молодой картофель сварить в подсоленной воде. Воду слить, положить сметану, масло и, встряхивая, перемешать. Сверху посыпать нарезанным укропом или зеленью петрушки.

На 1 кг картофели — 1/2 стакана сметаны, 1 ст. ложку масла.

## Картофель, сваренный на пару

В кастрюлю со вставной сеткой влить 3—4 стакана воды, положить очищенный целый или разрезанный на 2—4 части картофель, слегка посыпать мелкой солью и, плотно закрыв кастрюлю крышкой, поставить на сильный огонь. Как только вода закипит, убавить нагрев и варку продолжать при слабом кипении. Варится картофель на пару, примерно, 25—30 минут. Такой картофель особенно хорош для приготовления картофельного пюре и котлет.

## Картофель со шпиком

Поджарить в кастрюле маленькие кусочки шпика, положить 1/2 ложки муки, дать ей подрумяниться. Размешивая, прибавить перец и немного соли, пучок петрушки, тмин, лавровый лист,

налить бульон или воду, дать прокипеть 5 минут. Затем положить в кастрюлю хорошо очищенный, нарезанный кусочками сырой картофель. Когда он сварится. снять жир и подавать к столу.

## Пюре картофельное

Очищенный и промытый картофель сварить, слить воду, кастрюлю же с картофелем еще некоторое время подержать на легком огне или в духовом шкафу, чтобы остаток воды испарился. После этого, не давая картофелю остыть, протереть его сквозь сито или размять деревянным пестиком, добавить масло, соль и, помешивая, постепенно подливать горячее молоко. Картофельное пюре подается как самостоятельное блюдо или как гарнир к ветчине, языку, котлетам, сосискам и другим мясным блюдам.

На 1 кг картофеля - 1 стакан молока, 2 ст. ложки масла.

## Толченка

Замоченную на 8—10 часов фасоль сварить до готовности, отцедить, положить теплой в кастрюлю, добавить очищенный вареный картофель, растертый (предварительно замоченный горячей водой) мак, рубленый лук, перец, сахар, соль, нарезанную зелень петрушки и растереть или растолочь в ступке до получения мягкой и однородной массы.

Толченку перед подачей на стол охладить.

На 300 г картофеля — 1/2 стакана фасоли, 2—4 ст. ложки мака, 2 чайные ложки сахара, 1 луковицу, соль, зелень, перец.

## Лежни картофельные

Очищенный картофель сварить, пропустить через мясорубку и перемешать с сырыми яйцами. Массу выложить на обсыпанную мукой доску, выровнять ее в виде пласта, на который кладут капустный фарш, завернуть, переложить на смазанный жиром лист, сбрызнуть жиром и запечь в духовом шкафу. Для фарша квашеную капусту стушить. В конце тушения ее запарить нарезанным, жаренным со шпиком луком и перцем.

Подавать на стол со сметаной.

На 600 г картофеля — 200 г капусты квашеной, 500 г лука, 60 г шпика, 4 яйца, 4 чайные ложки муки, 1/2

стакана сметаны, 1 ст. ложку жира, соль, перец.

## Галушки картофельные

Вареный картофель в горячем виде размять, смешать с сырыми яйцами, картофельным крахмалом, частью мелко нарезанной зелени петрушки. Подготовить массу, разделать на валики толщиной 1—1,5 см и длиной 8—10 см, положить на сковороду с разогретым жиром и поджарить до румяного цвета.

При подаче на стол полить растопленным сливочным маслом и посыпать зеленью.

На 1 кг картофеля — 1 яйцо, 3 ст. ложки жира, 2,5 ст. ложки крахмала картофельного, 2 ст. ложки масла, соль, зелень петрушки.

## Капуста цветная отварная

Капусту очистить от листьев и отрезать кочерыжку возле разветвления кочана. Очищенный кочан положить на 30 минут в холодную подсоленную воду. После этого капусту обмыть холодной водой, положить в кастрюлю, залить горячей водой, добавить соль, закрыть крышкой и поставить варить. Варка цветной капусты, в зависимости от величины кочана, продолжается от 20 до 30 минут. Готовность капусте можно определить так: если конец ножа свободно входит в кочерыжку, то капуста готова. Сваренную капусту вынуть шумовкой и положить на сито, дать стечь воде и затем поместить кочерыжкой вниз на блюдо.

Вокруг кочана разложить зелень петрушки. К цветной капусте отдельно в соуснике подать расточенное сливочное масло или соус (сухарный, яично-масляный или яичный с вином).

## Форшмак из капусты

Кочан капусты (без кочерыжки) разрезать на 4 части и отварить в подсоленной воде. Остудив, отжать и вместе с хлебом, луком, помидорами (без кожуры) пропустить через мясорубку. Добавив рубленые крутые яйца и измельченные на крупной терке кислые яблоки, заправить маслом, солью, молотым перцем, уксусом. Массу перемешать, выложить в салатник и украсить свежими помидорами и огурцами.

На 100 г капусты — 10 г хлеба, 15 г лука, 30 г помидоров, 1/2 яйца, 50 г яблок, масло растительное, уксус, перец, соль.

## Морковь отварная

Очищенную морковь нарезать дольками, положить в кастрюлю, залить небольшим количеством воды, чтобы она покрыла морковь лишь наполовину, добавить соль, сахар, 1/2 ст. ложки масла и варить под крышкой в течение 20—30 минут. Затем заправить морковь маслом, переложить на блюдо, посыпать зеленью петрушки, сверху положить гренки, приготовленные из белого хлеба.

Таким же способом можно приготовить кольраби, брюкву и репу, причем репу нужно предварительно ошпарить в кипятке и воду слить.

На 1 кг овощей — 1/2 ст. ложки сахара и 2 ст. ложки масла.

## Овощи, припущенные в молоке

Морковь, репу, брюкву нарезать мелкими, по 0,5 см, кубиками, белокочанную капусту квадратиками, цветную — разобрать на мелкие соцветия. Вначале положить в кастрюлю морковь, репу, брюкву, посолить, добавить воды примерно 1/3 или 1/2 высоты, закрыть крышкой и припустить 10 минут, затем добавить капусту и припустить еще 15 минут. Затем положить нарезанные кубиками тыкву или кабачки, зеленый горошек, влить молоко так, чтобы оно покрыло овощи, припустить до готовности. Часть молока отлить из кастрюли, развести им муку, прогретую предварительно с маслом, влить обратно, довести до кипения.

Набор овощей может быть различным, точно также и пропорции.

## Шарики из моркови и творога

Мелко нарезанную морковь тушить с молоком до готовности, добавить подсушенную манную крупу, сахар, соль, хорошо перемешать и тушить до готовности крупы. Морковь охладить до теплого состояния; добавить сырые яйца, хорошо перемешать, смешать с творогом, пропустить через мясорубку, сформовать шарики величиной с грецкий орех, обвалять в сухарях и жарить.

Подать на стол со сметаной.

На 1 кг моркови — 200 г творога, 4 ст. ложки сахара, 1/2 стакана молока, 1 яйцо, 4 ст. ложки сухарей, 2 ст. ложки масла сливочного или 5 ст. ложек маргарина, 1/2 стакана сметаны, соль.

## Тыква с рисом и яйцами

1 кг тыквы мелко нарезать, залить водой (1/2 стакана) и варить до мягкости. Затем налить в тыкву литр молока, положить вымытый рис (1/2 стакана) и варить еще 30 минут. После этого тыкву с рисом охладить, вбить 4 яйца, влить 3—4 ст. ложки разогретого масла, положить 1/2 стакана сахара, выложить в смазанную маслом форму и запечь.

## Кукуруза в початках отварная

Для варки в початках пригодна только молодая кукуруза, так называемая молочная. Початки кукурузы очистить от листьев и волокон и сварить в подсоленной воде. Готовую кукурузу переложить на блюдо. Отдельно подать сливочное масло.

Початки кукурузы можно варить и не очищая от листьев, снимая их лишь перед подачей к столу.

## Кукуруза консервированная с яблоками и гренками

Кукурузу откинуть на дуршлаг, а затем переложить на сковороду, добавить мелко нарезанный и слегка поджаренный лук, томат-пюре, соль, сахар, перемешать и прокипятить в течение 5 минут. Яблоки обмыть, разрезать их на дольки, удалить сердцевину и испечь в духовом шкафу. Из белого хлеба приготовить гренки.

При подаче на стол подготовленную кукурузу уложить на блюдо горкой, вокруг, вперемежку с гренками, поместить яблоки, а в центре — букетик из зелени петрушки.

На 1 банку кукурузы консервированной в зернах — 1 луковицу, 2 ст. ложки томата-пюре, 2 яблока, 1 чайную ложку сахара, 10—12 гренков из белого хлеба и 2 ст. ложки масла сливочного.

## Кукуруза консервированная с маслом

Консервированную кукурузу вместе с соком переложить в кастрюлю, поставить на огонь и хорошо прогреть, пока сок не закипит. При подаче на стол кукурузу откинуть на дуршлаг, после чего переложить в подогретый салатник или глубокое блюдо.

На 1 банку кукурузы консервированной в зернах — 2 ст. ложки масла сливочного.

## Кукуруза консервированная в томате

Кукурузу откинуть на дуршлаг, затем переложить на сковороду, добавить мелко нарезанный и слегка поджаренный лук, томат-пюре, соль, сахар, все это перемешать и прокипятить в течение 5 минут.

При подаче на стол подготовленную кукурузу уложить на тарелку горкой и посыпать мелко нарезанным зеленым луком, зеленью петрушки или укропом.

На 1 банку кукурузы консервированной — 1 головку лука, 2 ст. ложки томата-пюре, 1 чайную ложку сахара и 2 ст. ложки масла.

## Артишоки отварные

В пищу идут только донышки артишоков и основания их листьев, верхушки же листьев несъедобны. Готовить артишоки следует так: отрезать у них стебель у самого основания и срезать твердые части листьев. Донышко артишока в том месте, где отрезан стебель, натереть лимоном, чтобы оно не потемнело. Из середины артишоков удалить сердце- вину. Подготовленные артишоки промыть, сложить в кастрюлю в один ряд, залить горячей водой в таком количестве, чтобы вода только покрыла артишоки, посолить и варить в закрытой кастрюле 10-15 минут. Готовность артишоков можно определить острием ножа: если нож свободно входит в мякоть артишока, он готов. Готовые артишоки переложить на сито донышками вверх, дать стечь воде, затем поместить их на блюдо в один ряд, украсить веточками зелени.

К артишокам можно подать соус яичный с вином или яично-масляный.

## Шпинат с гренками

Листики шпината перебрать, промыть в холодной воде, сложить в кастрюлю, подлить немного воды и сварить на сильном огне под крышкой.

Затем протереть его и приготовить молочный соус, который смешать со шпинатом, добавив соль, сахар, немного мускатного ореха в порошке. После этого все хорошо прогреть.

Для приготовления гренков белый хлеб нарезать небольшими ломтиками, замочить в молоке, смешанном с яйцом и сахаром, и обжарить на масле до образования румяной корочки.

При подаче на стол готовый шпинат выложить на круглое блюдо или в глубокую тарелку и уложить по краям в виде гарнира гренки. На шпинат можно положить также очищенные яйца, сваренные «в мешочек».

На 1 кг шпината — 1 ст. ложку муки, 1,25 стакана молока (для молочного соуса) и 1—2 ст. ложки масла сливочного.

## Капуста брюссельская с сельдереем в молочном соусе

Промытые кочешки брюссельской капусты варить в подсоленном кипятке на сильном огне в открытой кастрюле 10 минут. В отдельной посуде приготовить соус: растопить масло, всыпать мелко нарезанные стебли сельдерея без зелени и слегка прожарить (2—3 минуты). Затем всыпать муку, снова прожарить и постепенно влить горячее молоко и 1/2 стакана отвара. Полученный соус проварить в течение нескольких минут, после чего положить в него капусту и посолить.

При желании капусту можно посыпать сверху сухарями, сбрызнуть маслом и зарумянить в духовом шкафу.

На 500 г капусты брюссельской — 25 г сельдерея, 1 ст. ложку муки, 1/2 стакана молока и 2 ст. ложки масла.

## Спаржа отварная

Спаржу отобрать по возможности ровную, острым ножом осторожно снять с нее кожицу, стараясь не сломать головку, которая составляет самую вкусную часть спаржи. Очищенную спаржу промыть, связать в пучок (8—10 шт.), ровно обрезать и варить в подсоленной воде на сильном огне 20—25 минут. Спаржа хороша только тогда, когда она не переварена, иначе она теряет аромат и становится водянистой. Как только головки станут мягкими, спаржа готова.

Готовую спаржу нужно переложить на сито и дать стечь воде, после чего ее можно класть на блюдо, покрытое салфеткой. Отдельно подать яичный соус с вином или яично-масляный, или сухарный.

## ЖАРЕНЫЕ ОВОЩИ

Жарить овощи можно двумя способами: на обычной сковороде с небольшим количеством жира и в глубокой посуде, погружая овощи в разогретый жир. Для быстрого образования корочки при обжаривании овощи, особенно картофель, необходимо хорошо просушить на салфетке.

Картофель жареный

Картофель можно жарить сырым или предварительно сваренным. Более сочным и вкусным картофель бывает при жарении в сыром виде, для чего требуется несколько больше времени, чем для вареного.

Вареный картофель нужно нарезать ломтиками, положить не толстым слоем на разогретую с маслом сковороду, добавить соль и обжарить, перемешивая, на сильном огне в течение 5—10 минут. Готовый картофель посыпать зеленью петрушки или укропом.

Сырой картофель жарится так же, как и вареный, но его можно также жарить, погружая в разогретый жир. В этом случае его нарезают ломтиками, брусочками или соломкой. После этого картофель промыть, обсушить на салфетке, и опустив в горячий жир, жарить, помешивая, до образования румяной корочки, 10—15 минут. Готовый картофель вынуть шумовкой и положить на сито или дуршлаг и посолить.

Картофель, жаренный в масле, можно подать с огурцами, помидорами или использовать как гарнир к жареному мясу, котлетам, к жареной рыбе.

### Котлеты картофельные

Очищенный картофель сварить, воду слить, а картофель оставить минут на десять для обсушки. Не давая картофелю остыть, разметь его деревянным пестиком. В полученное пюре добавить столовую ложку масла, желтки яиц, тщательно вымешать и разделать котлеты. При разделке обвалять котлеты в муке или сухарях, а затем обжарить с обеих сторон на масле. Отдельно к котлетам подать грибной соус.

На 1 кг картофеля — 2 яйца, 1/2 стакана муки, 4 ст.

ложки масла.

## Пирожки картофельные с грибами

Картофель подготовить так же, как для картофельных котлет. Для фарша сушеные грибы промыть, сварить, мелко изрубить и поджарить на масле, затем добавить мелко нарубленный поджаренный лук, соль, перец и все смешать. Подготовленную картофельную массу разделать в виде небольших лепешек, на середину которых положить грибной фарш, соединить края лепешек, придавая им форму полумесяца. Смочить яйцом, обвалять в сухарях и обжарить на разогретой с маслом сковороде. Отдельно подать грибной соус, который приготовить на грибном отваре, добавив в него сметану или томат-пюре. Такие пирожки можно приготовить и с овощным фаршем.

На 1 кг картофеля — 100 г грибов сушеных, 2 луковицы, 2 яйца, 1/2 стакана сухарей толченых, 4 ст. ложки масла.

## Оладьи картофельные

Очищенный сырой картофель быстро, во избежание потемнения, измельчить на терке, положить в кастрюлю или миску, добавить дрожжи, разведенные в 1/4 стакана теплой воды, посолить, всыпать муку (можно добавить 1 яйцо).' Все это хорошо размешать и поставить в теплое место для набухания. Выпекать оладьи надо на сильно разогретой с маслом сковороде. Подавать горячими со сметаной или маслом.

На 500 г картофеля — 1/2 стакана муки, 25 г дрожжей, 2 ст. ложки масла.

## Крокеты картофельные

500 г картофеля отварить в соленой воде, слить воду, протереть горячим, положить 2 желтка и 2 чайные ложки крахмала, размешать хорошенько, посолить по вкусу. Положить на доску 100 г муки, выложить из кастрюли пюре, умять его, сгладить как тесто, нарезать маленькими ровными кусочками, скатать из них шарики, обваливая каждый шарик в просеянных сухарях. Эти крокеты надо тотчас же поджарить на самой широкой сковороде в свежем фритюре 10 минут.

## Крокеты капустные

Очистить кочан от верхних листьев, нашинковать, припустить в молоке, которое предварительно вскипятить, посолить и добавить в него немного сливочного масла, чтобы не свернулось. Припуская, перемешивать время от времени. Когда капуста станет мягкой, влить в нее густой молочный соус и довести до кипения. Охладить массу, добавить сырые яйца, всыпать манную крупу, перемешать. Разделать массу на небольшие шарики, обвалять их сначала в муке, затем в сыром яйце, потом в молотых сухарях и обжарить.

Подать на стол, полив сметаной.

На 1 кочан капусты — 2 ст. ложки муки, 1/2 стакана молока, 1—2 яйца, 3—4 чайные ложки крупы манной, сухари молотые, 40—50 г масла сливочного или маргарина.

## Капуста цветная жареная с сухарями

Сварить цветную капусту, разобрать на небольшие кочешки и обжарить на сковороде с маслом. Перед подачей на стол капусту обсыпать поджаренными сухарями, встряхнуть и положить на блюдо.

## Котлеты капустные

Капусту очистить, мелко нашинковать и сложить в кастрюлю. Туда же влить горячее молоко, поставить кастрюлю на плиту, накрыть крышкой и тушить до готовности примерно 30—40 минут. В готовую капусту постепенно всыпать манную крупу, непрерывно помешивая, чтобы не образовались комки, и продолжать тушить еще 5—10 минут. После этого кастрюлю снять с огня, добавить яичные желтки, соль, хорошо вымешать и охладить. Из охлажденной массы приготовить котлеты, смочить их в яичном белке, обвалять в сухарях и обжарить с обеих сторон. Котлеты подать к столу с молочным или сметанным соусом.

На 1 кг капусты — 1/2 стакана крупы манной, 1/2 стакана молока, 3 яйца, 1/2 стакана сухарей и 3 ст. ложки масла.

## Котлеты морковные

Очищенную и промытую морковь тонко нарезать ломтиками или соломкой, сложить в кастрюлю, залить горячим молоком, добавить 1 ст. ложку масла, сахар, соль, накрыть крышкой и тушить до готовности на среднем огне, помешивая, чтобы морковь не пригорела. Когда морковь будет готова, посыпать ее манной крупой и, помешивая, варить на слабом огне 8—10 минут. Затем морковь снять с огня, положить в нее яичные желтки, хорошо вымешать и охладить. Из охлажденной массы приготовить котлеты, смочить их яичным белком, обвалять в сухарях и обжарить с обеих сторон. Готовые котлеты подать к столу со сметанным или молочным соусом.

На 1 кг моркови — 1/2 стакана крупы манной, 1/2 стакана молока, 3 яйца, 1/2 стакана сухарей, 1 чайную ложку сахара и 3 ст. ложки масла.

## Котлеты из перца

Испечь 1 кг сладкого перца, очистить плоды от семян, мелко измельчить, размять. Добавить 1—2 яйца, 250 г натертой на терке брынзы или творога, черный перец, мелко нарезанную петрушку, соль. Всыпать в массу панировочных сухарей и муки столько, чтобы получилась масса, пригодная для приготовления котлет. Мокрыми руками сделать котлетки, обвалять их в муке, обмакнуть во взбитые яйца и жарить в сильно разогретом растительном масле.

Подать на стол теплыми с салатом из огурцов, помидоров и лука.

## Сиченики из цветной капусты

Нарезанную небольшими кусочками очищенную капусту протушить с молоком до готовности, пропустить через мясорубку, добавить подсушенную манную крупу, перемешать, тушить до готовности крупы, охладить и заправить сырыми яйцами и солью. Подготовленную массу разделать на сиченики, обвалять в сухарях и жарить.

На 1 кг капусты цветной — 1,5 ст' ложки сливочного масла, 5 ст. ложек крупы манной, 1 стакан молока, 3 ст. ложки сухарей молотых, 1 яйцо, соль.

## Сиченики морковные

Нарезанную соломкой или пропущенную через мясорубку морковь тушить с молоком и маслом до готовности, добавить подсушенную манную крупу, хорошо перемешать и снова протушить до готовности крупы. Полученную массу охладить, пропустить через мясорубку, заправить сырыми яйцами и солью, поделить на порции и сформовать сиченики. Обваляв в сухарях, жарить с обеих сторон на сливочном масле или маргарине.

Подать на стол политыми сметаной.

На 800 г моркови — 3 ст. ложки крупы манной, 1 яйцо, 2—3 ст. ложки сухарей молотых, 1/2 стакана молока, 2 ст. ложки масла сливочного или 4 ст. ложки растительного, соль.

Для поливки — 1/2 стакана сметаны.

## Сиченики из консервированной баклажанной икры

Баклажанную икру подогреть, добавить подсушенную манную крупу, перемешать и тушить 15—20 минут на слабом огне, периодически помешивая. Охлажденную массу заправить сырыми яйцами, мелко нарезанным обжаренным луком, солью, перцем, поделить на порции, обвалять в сухарях, придать форму сиченикам и жарить с обеих сторон.

Подать на стол с томатным соусом.

На 300 г икры баклажанной консервированной — 120 г крупы манной, 2 ст. ложки жира, 1 луковицу, 1 яйцо, 2 ст. ложки сухарей, соль, перец, 1,5 стакана соуса томатного.

## Шницель из капусты

Капусту очистить, вырезать кочерыжку и варить в подсоленной воде до готовности. Затем капусту переложить на сито, дать стечь воде, разобрать на отдельные листья, толстые стебли слегка размягчить, отбивая тяпкой, или срезать ножом. Каждый лист сложить в виде конверта, обвалять в муке, смочить в яйце, обвалять в сухарях и с обеих сторон обжарить на масле. При подаче на стол уложить шницели на блюдо, отдельно подать сметану или сметанный соус.

На 1 кг капусты — 1/2 стакана муки, 2 яйца, 1/2 стакана сухарей и 3 ст. ложки масла.

## Оладьи из кабачков

Кабачки очистить от кожицы и сердцевины, нарезать и пропустить через мясорубку. Массу соединить с мукой, яйцами, солью и вымешать. (Слишком густую массу можно развести молоком.) Разделать оладьи и обжарить их на хорошо разогретой сковороде.

Подать горячими со сметаной.

На 200 г кабачков — 100 г муки, 1 яйцо, 25 г масла сливочного, 40 г сметаны, соль.

## Оладьи из тыквы и картофеля

Очищенную тыкву и сырой картофель натереть на терке, добавить желтки, соль, хорошо перемешать, добавить взбитые белки и из подготовленной массы жарить оладьи.

Подать на стол со сметаной.

На 0,5 кг тыквы — 500 г картофеля, 2 ст. ложки муки, 2 яйца, 2 ст. ложки масла сливочного, соль, 1/2 стакана сметаны.

## Помидоры жареные

Отобрать зрелые цельные помидоры, обмыть в холодной воде, разрезать поперек на две части, посыпать солью и перцем. Для обжаривания помидоры уложить разрезом вверх на сковороду, разогретую с маслом. Как только наружная сторона обжарится, помидоры перевернуть и слегка обжарить со стороны разреза.

## Кабачки жареные

Для жарения надо выбирать некрупные кабачки с мелкими зернами. Кабачки очистить, нарезать ломтиками толщиной примерно 1 см, посолить, обвалять в муке и обжарить на масле с обеих сторон до образования румяной корочки. Если после обжаривания кабачки окажутся жестковатыми, их надо накрыть крышкой и в таком виде оставить на слабом огне 5—10 минут.

Готовые кабачки можно залить сметаной и дать прокипеть или же сметану подать отдельно.

## Баклажаны жареные с луком

Баклажаны обмыть, срезать концы, ошпарить, нарезать тонкими ломтиками, посолить, обвалять с обеих сторон в муке и обжарить на масле. Репчатый лук нарезать кольцами и тоже обжарить на масле. Готовые баклажаны переложить на блюдо, чередуя их с жареным луком, а на сковороду, где жарились баклажаны, положить сметану, томат-пюре, смешать, дать прокипеть и затем этим соусом залить баклажаны.

На 2 баклажана — 2 луковицы, 3 ст. ложки муки, 1/2 стакана сметаны, 1 ст. ложку томата-пюре и 3 ст. ложки масла.

### Баклажаны со свежими грибами и луком

Нарезанные кружочками подготовленные баклажаны и помидоры посыпать солью, перцем, обвалять в муке и обжарить с обеих сторон до румяного цвета. Очищенный лук мелко порубить и поджарить, добавить очищенные, промытые и нарезанные свежие грибы, соль, перец и жарить до готовности грибов. После этого влить сметану и довести до кипения.

При подаче на стол на блюдо уложить вперемежку поджаренные баклажаны и помидоры, а сверху положить грибов с луком и сметаной и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

На 500 г баклажанов — 100 грибов свежих, 2 ст. ложки жира, 1,5 ст. ложки муки, 2 луковицы, 250 г помидоров, 4 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложку укропа мелко нарезанного, соль, перец.

### Лук репчатый жареный

Лук нарезать тонкими ломтиками, которые затем разнять на кольца и жарить на сковороде с маслом в разогретом жире, все время помешивая, пока лук не приобретет золотистый оттенок. Готовый лук вынуть шумовкой на сито или дуршлаг и посолить. Приготовленный таким образом лук подают как гарнир для жареного мяса.

## ЗАПЕЧЕННЫЕ ОВОЩИ

### Запеканка картофельная

В протертый горячий вареный картофель добавить горячее

молоко, сырые яйца, соль, растопленное масло и хорошо перемешать. Переложить половину всей массы на сковороду, смазанную маслом, разровнять, положить на нее слой поджаренного лука и накрыть остальной частью массы, снова разровнять, смазать сметаной или сбрызнуть маслом, поставить в горячий духовой шкаф и запекать 20—25 минут. К запеканке можно подать молочный, сметанный или грибной соус.

На 1 кг картофеля — 2 яйца, 3 луковицы, 1 стакан молока, 3 ст. ложки масла.

## Запеканка картофельная с мясом

Подготовить картофельное пюре так же, как и для запеканки без мяса. Отделив половину картофельного пюре, положить его ровным слоем на сковороду, смазанную маслом и посыпанную сухарями. Сверху на этот слой положить мясной фарш, на него — оставшееся пюре, разровнять, смазать яйцом и запекать в духовом шкафу 20—30 минут.

Для приготовления фарша может быть использовано любое мясо: говядина, телятина, свинина, домашняя птица, а также печенка, легкое или сердце. Вареное или тушеное мясо пропустить через мясорубку или мелко изрубить, добавить поджаренный лук, соль, молотый перец и все смешать.

На бульоне или соке, полученном при тушении или варке мяса, может быть приготовлен красный соус, которым при подаче на стол поливают запеканку, или подают ее отдельно.

## Рулет картофельный с овощами

Картофель подготовить так же, как для запеканки. Для фарша овощи нарезать в виде соломки и тушить их до готовности. Сняв с огня, добавить в них соль, сырые яйца и размешать. Подготовленное картофельное пюре разложить тонким слоем (приблизительно 2 см) на влажную салфетку, на середину поместить фарш.

Края картофеля (при помощи салфетки) плотно соединить, придав форму рулета, который переложить швом вниз на противень, смазанный маслом. Смазать яйцом или сметаной, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и поставить в горячий духовой шкаф на 25—30 минут, чтобы рулет подрумянился.

Готовый рулет разрезать на порции, уложить на блюдо и полить растопленным маслом. К рулету можно подать сметанный или молочный соус.

Этот же рулет можно фаршировать мясом с луком или яйцами, а также рисом с грибами и луком.

## Бабка из моркови и гороха

Морковь очистить, промыть, мелко нарезать, положить в кастрюлю, залить молоком и тушить до готовности. Затем смешать с манной крупой, протушить до готовности крупы и добавить вареный горох, заправленный маслом. Подготовленную массу охладить, пропустить через мясорубку, заправить сырыми яйцами, молотыми корицей и гвоздикой, сахаром и солью, положить в смазанный маслом и посыпанный сухарями сотейник и запечь в духовом шкафу.

Подать на стол со сметаной.

На 600 г моркови — 1/2 стакана гороха, 2 ст. ложки крупы манной, 1 яйцо, 1 ст. ложку сухарей молотых, 2 ст. ложки масла сливочного, 1/2 стакана молока, по 2 г гвоздики и корицы, 1 ст. ложку сахара, 3/4 стакана сметаны, соль.

## Пудинг из моркови с сухарями

1/2 кг моркови вымыть, сварить до мягкости, очистить и протереть. В морковное пюре всыпать истолченные просеянные сухари (100 г). Желтки от 6 яиц, 1/2 стакана сахара и подогретое масло (100 г) растереть до пышности (в течение получаса). Затем в растертые желтки положить морковное пюре, нарезанные цукаты или изюм, перемешать, добавить соль и взбитые белки и размешать, после чего осторожно выложить в смазанную маслом форму и запекать в течение 1,5 часов.

## Запеканка из тыквы с лапшой

200 г лапши отварить, дать стечь воде. Тыкву (1 кг) нарезать лапшой, посолить и поджарить в растопленном масле (жарить, не накрывая крышкой). Затем смешать с лапшой, вбить 4 яйца, всыпать 1/4 стакана сахара, корицу, перемешать и запечь.

## Капуста цветная, запеченная с сыром

Отваренную до полуготовности капусту охладить и разобрать на мелкие соцветия. На сковороде растопить сливочное масло

или маргарин, слегка обжарить на нем мелко нашинкованный лук и муку. Посолить, поперчить. Непрерывно помешивая, влить молоко. Положить лавровый лист, который после прокипячения вынуть. Смесь соединить с капустой и тертым сыром, все тщательно и осторожно перемешать, при необходимости посолить. Массу выложить на противень с высокими краями, разровнять поверхность и посыпать тертым сыром. Запекать в сильно разогретом духовом шкафу 15 минут.

На 800 г капусты цветной — 2 луковицы, 1,5 ст. ложки муки, 3/4 стакана молока, 1 стакан сыра тертого, 30 г масла сливочного или маргарина, 1 лист лавровый, соль, перец.

## Пирог воздушный из цветной капусты

Очищенную капусту нарезать на кусочки, протушить с частью молока, добавить вязкую манную кашу, сваренную с остатком молока, перемешать, пропустить через мясорубку, заправить растертыми с сахаром желтками, солью и взбитыми белками. Подготовленную массу положить на смазанный маслом лист, разровнять, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу.

При подаче на стол пирог разрезать на порции и полить растопленным сливочным маслом.

На 1 кг капусты цветной — 1/2 стакана крупы манной, 2 яйца, 1,5 стакана молока, по 1 ст. ложке сахара и сухарей молотых, 2 ст. ложки масла сливочного, соль.

## Капуста цветная под молочным соусом

Очищенную цветную капусту варить до готовности примерно в течение 20—30 минут, затем выложить на сито и дать стечь воде. Капусту переложить на сковороду кочерыжкой вниз, залить молочным соусом средней густоты, посыпать натертым сыром, сбрызнуть маслом и поставить в горячий духовой шкаф на 10—15 минут для запекания.

На 1 кг капусты цветной — 1 стакан молока, 1 ст. ложку муки, 1 ст. ложку сыра тертого и 1—2 ст. ложки масла.

## Капуста брюссельская с рисом, запеченная под белым соусом

Нарезанную капусту сварить в подсоленной воде и хорошо перемешать с частью растопленного сливочного масла. Рис припустить до готовности тоже с частью масла, добавить мелко нарубленные крутые яйца, положить слоями в смазанный маслом сотейник или на лист вперемежку с подготовленной капустой так, чтобы верхний слой был из риса, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу.

Подать на стол со сметанным соусом.

На 1 кг капусты — 3/4 стакана риса, 3 ст. ложки масла сливочного, 2 яйца, 1 ст. ложку сухарей, 1,5 стакана соуса сметанного.

## Завиванец из капусты, гречневой каши и грибов

Отваренный до полуготовности кочан капусты разобрать на отдельные листья, утолщенные места срезать ножом и уложить на полотенце один возле другого в виде полоски. На эти листья положить фарш из гречневой крупы, свернуть их рулетом, положить на лист, обмазанный жиром, смазать сырыми яйцами, посыпать сухарями и запечь в духовом шкафу.

Для фарша сварить вязкую гречневую кашу, охладить, добавить половину крутых рубленых яиц, вареные рубленые и поджаренные с нарезанным луком грибы, соль, перец и все хорошо смешать.

При подаче на стол завиванец разрезать на порционные куски, полить растопленным сливочным маслом, посыпать зеленью петрушки.

На 1 кг капусты белокочанной — 2 ст. ложки жира, 50 г грибов сушеных, 1 стакан крупы гречневой, 2 луковицы, 2 яйца, 1 ст. ложку сухарей, соль, перец, 2 ст. ложки масла.

## Пудинг из капусты

Очищенную капусту нашинковать, положить в кастрюлю, залить молоком, тушить до готовности, охладить и пропустить через мясорубку. В подготовленную капусту добавить молотые сухари, растертые с сахаром желтки, растопленное сливочное масло, слегка поджаренный нарезанный лук, взбитые белки, соль, перец. Все хорошо перемешать, положить в смазанный маслом

сотейник или кастрюлю и запечь в духовом шкафу.

Подать на стол со сметаной.

На 1 кг капусты белокочанной — 3 яйца, 2 ст. ложки масла, 3/4 стакана сухарей молотых, 1/2 стакана сметаны, 3/4 стакана молока, 1 луковицу, 1 чайную ложку сахара, соль, перец

## Бабка из ревеня

Очищенные и промытые стебли ревеня нарезать небольшими кусочками и посыпать половиной взятого по рецептуре сахара. С черствой булки срезать корку, нарезать ее кусочками толщиной в 1 см, погрузить в смесь из яиц, молока, молотой корицы и сахара, а затем уложить в смазанный маслом сотейник в несколько слоев вперемежку с подготовленным ревенем. Верхний слой из булки полить остатком яично-молочной смеси, посыпать сухарями, сбрызнуть растопленным сливочным маслом и печь в духовом шкафу в течение 30—40 минут.

Подать на стол с киселем из ревеня или сметаной.

На 500 г ревеня (стеблей) — 500 г хлеба белого, 1 яйцо, по 1 стакану молока и сахара, 2 ст. ложки масла сливочного, 4 ст. ложки сухарей молотых, корицу, соль, 2 стакана киселя или стакана сметаны.

## Пудинг из спаржи

Очищенную и промытую спаржу нарезать кусочками длиной 1—1,5 см, сварить до полуготовности в подсоленной воде, отцедить, смешать с нарезанной мелкими кубиками поджаренной ветчиной, поджаренными мелкими кусочками сухарями, желтками, взбитыми белками. Посолить, выложить в сотейник, смазанный маслом, и посыпать сухарями. Запекать в духовом шкафу.

При подаче на стол полить растопленным сливочным маслом.

На 1 кг спаржи — 3 ст. ложки масла, 50 г ветчины, 3 яйца, 2 стакана сухарей молотых, соль.

## Запеканка из консервированной баклажанной икры

Икру подогреть, добавить подсушенную манную крупу,

смешать и тушить на слабом огне 15—20 минут, периодически помешивая. Охлажденную массу заправить яйцами, поджаренным мелко нарезанным луком, солью, перцем, хорошо перемешать. Выложить на лист, смазанный жиром, посыпать сухарями, сбрызнуть жиром и запечь в духовом шкафу.

Запеканку нарезать на порционные куски и подать на стол с томатным соусом.

На 500 г икры баклажанной консервированной — 120 г крупы манной, 1,5 ст. ложки жира, 1 яйцо, 1 ст. ложку сухарей, 1 луковицу, перец, соль, 1,5 стакана соуса томатного.

### Шпинат, запеченный с яйцом

Перебранный и промытый шпинат нарезать и отварить в подсоленной воде. Затем откинуть отваренный шпинат на сито или дуршлаг и дать стечь воде, после чего переложить шпинат на сковороду с подогретым маслом, слегка обжарить его, разровнять на сковороде, залить яйцами, взбитыми с молоком, и запечь в духовом шкафу. При подаче на стол посыпать сверху зеленью петрушки или укропом.

На 1/2 кг свежего шпината — 1/3 стакана молока, 3—4 яйца, 2 ст. ложки масла.

## ТУШЕНЫЕ ОВОЩИ

### Картофель, тушенный со свежими грибами

Очищенные и промытые свежие грибы ошпарить кипятком, нарезать и обжарить на сковороде вместе с нашинкованным луком. Очищенный картофель нарезать дольками, обжарить и положить вместе с поджаренными грибами в кастрюлю, залить водой до уровня верхнего слоя, добавить соль, лавровый лист, перец, 1—2 ветки петрушки и, накрыв кастрюлю крышкой, тушить на огне 25—30 минут. В картофель можно положить 1—2 ст. ложки сметаны. При подаче на стол удалить ветки петрушки и лавровый лист, а картофель посыпать рубленой зеленью.

Картофель можно приготовить и с сушеными грибами. В этом случае грибы надо предварительно сварить, нарезать, а затем обжарить вместе с луком. Часть грибного отвара можно использовать для тушения картофеля, остальное для супа.

На 750 г картофеля — 500 г грибов свежих, 1—2 луковицы, 1/2 стакана сметаны, 3 ст. ложки масла.

## Капуста тушеная

Очищенную капусту нашинковать, положить в кастрюлю, добавить 1 ст. ложку масла, 1/2 стакана воды или мясного бульона, накрыть кастрюлю крышкой и тушить 40 минут. Затем добавить поджаренный лук, томат-пюре, уксус, сахар, соль, лавровый лист, перец и продолжать тушить до готовности примерно 10 минут. Когда капуста будет готова, положить в кастрюлю поджаренную с маслом муку, размешать и прокипятить.

Свежую капусту можно заменить квашеной, но в этом случае не нужно добавлять уксус.

На 1 кг капусты — 2 луковицы, 2 ст. ложки томата-пюре, 1 ст. ложку уксуса, 1 ст. ложку сахара, столько же муки и 3 ст. ложки масла.

## Капуста квашеная, тушенная с грибами

Квашеную капусту отжать, положить в кастрюлю, залить грибным отваром и тушить до полуготовности. Нарезанный лук обжарить, потом добавить вареные и нарезанные соломкой грибы, обжарить вместе, после чего посыпать мукой, обжарить еще несколько минут, заправить перцем, сметаной, хорошо размешать и тушить до готовности.

На 1 кг капусты квашеной — 2 ст. ложки жира, 30 г грибов сушеных, 1 луковицу, 1 ст. ложку муки, 1/2 стакана сметаны, 1/2 стакана бульона грибного, перец, соль.

## Свекла, тушенная в сметане

Очищенную и обмытую свеклу, а также морковь, петрушку или сельдерей нарезать соломкой, положить в кастрюлю, добавить масло, влить уксус и немного воды, перемешать и тушить под крышкой до готовности, следя, чтобы овощи не пригорели. Когда овощи будут готовы (обычно тушение продолжается 45—60 минут), положить муку, хорошо размешать, добавить сметану, соль, сахар, лавровый лист, снова вымешать и

кипятить еще 10 минут.

На 500 г свеклы — по 1 моркови, петрушке или сельдерея, по 1 чайной ложке уксуса и сахара, 1 стакан сметаны, 1 ст. ложку муки, 2 ст. ложки масла.

### Морковь, тушенная с рисом

Нарезанную кружочками морковь положить в кастрюлю, добавить промытый рис, 1 ст. ложку масла, залить водой или молоком, накрыть крышкой и тушить до готовности. При подаче на стол посыпать зеленью петрушки.

На 1 кг моркови — 1,5—2 ст. ложки риса, 2 ст. ложки масла.

### Морковь, тушенная с болгарским перцем

Очищенную морковь нарезать тонкими ломтиками, перец (без сердцевины и семян) и лук нашинковать. Овощи слегка обжарить, в конце добавить томат-пасту, соль и зелень. Затем влить немного воды или бульона и тушить до готовности.

На 120 г моркови — 50 г перца болгарского, 40 г лука, 20 г масла растительного, 10 г томата-пасты, зелень, соль.

### Тыква тушеная с кефиром

Нарезать тыкву кубиками, посыпать солью, протушить в небольшом количестве кипятка. В кефир добавить тертый сыр, муку и черный или красный перец. Этой смесью заправить тыкву. Кефир можно заменить томатом-пастой.

На 750 г тыквы — 1 стакан кефира или 250 г молока кислого, 4 ст. ложки сыра тертого, 1 ст. ложку муки, перец, соль.

### Рагу из овощей

Для рагу могут быть использованы различные овощи, в зависимости от сезона, — морковь, репа, брюква, капуста (цветная, белокочанная), стручки фасоли, репчатый лук и

картофель. Очищенные, вымытые овощи нарезать крупными кубиками или дольками, мелкий лук оставить целыми головками. Морковь, репу, брюкву тушить, капусту и фасоль отварить в воде, картофель и лук обжарить на сковороде с маслом. Отдельно на сковороде поджарить муку, развести отваром от тушеных или отварных овощей, прибавить мелко нарезанные помидоры или томат-пюре и прокипятит Приготовленным соусом залить овощи, сложенные в одну кастрюлю, добавить соль, перец, 3—4 шт. гвоздики, кусочек корицы, закрыть кастрюлю крышкой и тушить 15—20 минут, При подаче на стол овощи посыпать зеленью петрушки.

На 500 г картофеля — 3 моркови, 2 репы, 2 луковицы, 2 помидора или 2 ст. ложки томата-пюре, 3 ст. ложки масла, 1 ст. ложку муки и 2 стакана бульона мясного.

**Баклажаны, тушенные в сметане**

Баклажаны очистить, обмыть, нарезать ломтиками, положить в горячую подсоленную воду на 5 минут, затем откинуть на сито или дуршлаг, дать стечь воде, обвалять в муке и обжарить. После этого положить их в кастрюлю, залить сметаной и тушить 30—40 минут. При подаче на стол посыпать зеленью петрушки или укропом.

На 2 баклажана — 1 ст. ложку муки, 1 стакан сметаны, 2 ст. ложки масла.

**Меживо из баклажанов**

Баклажаны промыть, нарезать кружочками, посыпать солью, перцем и обжарить с обеих сторон до румяного цвета. Лук очистить, нарезать соломкой, поджарить и положить в кастрюлю вперемежку с подготовленными баклажанами. Помидоры промыть, нарезать, слегка обжарить, протереть сквозь сито или дуршлаг, добавить уксус, сахар, перец, соль, хорошо перемешать. Этой смесью залить баклажаны с луком, тушить все вместе 12—15 минут, потом охладить.

На 500 г баклажанов 300 г помидоров, 3 луковицы, 3 ст. ложки масла растительного, 1/2 ложки уксуса, 1 ст. ложку сахара, соль, перец.

## ФАРШИРОВАННЫЕ ОВОЩИ

Для фарширования можно использовать различные овощи: кабачки, баклажаны, помидоры, репу, перец и др. Подготовленные овощи можно начинить различными фаршами: мясным, крупяным, грибным или овощным. Нафаршированные овощи после укладки на сковороду тушат или запекают в духовом шкафу. Готовые овощи можно подать политыми маслом, сметаной или соусом (молочным, сметанным или томатным).

### Фарш

Количество продуктов рассчитано на фарширование примерно 1 кг овощей.

*Мясной.* Обмытое мясо нарезать, пропустить через мясорубку, обжарить на сковороде с маслом, после чего вторично пропустить через мясорубку, прибавить мелко нарубленный поджаренный лук и сок, получившийся при жарении мяса, а также соль, перец, зелень петрушки или укропа и все это смешать. Можно использовать и вареное мясо, которое нужно также пропустить через мясорубку. В этом случае отдельно поджарить лук, добавить в него чайную ложку муки, снова прожарить, развести 2—3 ст. ложками бульона, дать ему вскипеть, смешать с мясом, положить соль, перец, зелень петрушки или укроп.

На 500 г мяса (мякоти) — 1—2 луковицы и 3 ст. ложки масла.

*Мясной с рисом.* Обмытое мясо нарезать, пропустить через мясорубку, смешать с отварным рассыпчатым рисом и мелко нарубленным поджаренным луком, добавив соль и перец.

На 500 г мяса (мякоти) — 1/2 стакана риса, 1 луковицу и 3 ст. ложки масла.

*Из риса с грибами.* Рис промыть, сварить и откинуть на дуршлаг или сито. Свежие грибы, очищенные и промытые, положить на 5 минут в кипящую воду, а затем откинуть на сито, промыть, мелко нарубить и прожарить на масле. Если вместо свежих грибов использовать сушеные, то их нужно предварительно сварить, а затем изрубить и также поджарить на масле. Сваренный рис смешать с грибами, добавить поджаренный лук, соль и перец.

На 1 стакан риса — 2 луковицы, 500 г грибов свежих

(или 50 г сушеных) и 3 ст. ложки масла.

*Грибной.* Грибы очистить, промыть, залить кипящей водой, в которой оставить их на 5 минут, а затем откинуть на сито и промыть. После этого грибы изрубить, прожарить на масле, добавить томат, довести до кипения и смешать с мелко нарубленным поджаренным луком, солью и перцем.

На 500 г грибов свежих — 2 луковицы, 2 ст. ложки томат-пюре и 3 ст. ложки масла.

*Овощной.* Очищенные и промытые овощи нарезать соломкой и поджарить на масле, добавить нарезанные дольками помидоры и еще раз прожарить в течение примерно 5 минут. После этого положить соль, перец, мелко нарезанную зелень петрушки.

На 5 морковин, 3 луковицы, 1 петрушку или сельдерей и 2 помидора — 3 ст. ложки масла.

## Капуста фаршированная

Небольшой цельный качан капусты очистить от верхних листьев, вырезать кочерыжку и положить в кипящую подсоленную воду. Когда капуста сварится настолько, что листья не будут ломаться, вынуть ее из воды и положить на сито, чтобы вода стекла. Когда капуста остынет, разнять листья, слегка посолить и переложить их мясным фаршем, потом снова листья сложить, придав форму кочана, положить на сковороду, полить маслом, подлить бульон или воду и поставить на час в духовой шкаф.

За 15—20 минут до окончания запекания полить капусту сметаной. Готовый кочан переложить на блюдо, нарезать на куски и полить процеженным соусом, в котором тушилась капуста.

При желании мясной фарш можно заменить фаршем, приготовленным из риса, грибов и лука. В этом случае в фарш надо добавить 2—3 сырых яйца.

На 1 кочан капусты средней величины — 500 г мяса (мякоти), 125 г хлеба белого, стакана сметаны и 3 ст. ложки масла.

## Перец фаршированный

Стручки сладкого перца обмыть, обрезать верхушки вместе со стеблем и вычистить семена. Подготовленный таким образом

перец положить в кипящую подсоленную воду на 2—3 минуты, затем выложить на сито и дать стечь воде. После этого наполнить подготовленным заранее фаршем (из мяса, риса и овощей), уложить в один-два ряда в кастрюлю, залить бульоном, добавить масло и томат и тушить под крышкой в духовом шкафу или на огне 30—40 минут. При подаче на стол полить сметанным соусом.

Перец можно подать к столу как в горячем, так и в холодном виде. В последнем случае перец должен быть приготовлен на растительном масле.

## Свекла, фаршированная яблоками, рисом и изюмом

Свеклу отварить или испечь, очистить и удалить сердцевину, придав свекле вид чашечки. Из риса сварить рассыпчатую кашу, смешать ее с сахаром, изюмом и мелко нашинкованными яблоками. Затем добавить 10 г растопленного масла и корицу. Все это вымешать, нафаршировать свеклу, полить сметаной и запечь.

Подать на стол со сметаной.

На 150 г свеклы — 75 г яблок, 15 г риса, 25 г изюма, 15 г масла сливочного, 50 г сметаны, 5 г сахара, 1/4 яйца, корицы на копчике ножа.

## Кабачки фаршированные

Для фарширования лучше всего брать некрупные кабачки. Их надо очистить от кожуры, срезать концы, вычистить семена. После этого промыть, наполнить фаршем (мясным, крупяным, грибным или овощным) и со всех сторон обжарить на масле. Затем кабачки переложить в неглубокую посуду, подлить туда бульон или сметану, закрыть крышкой и тушить 30—40 минут. При подаче на стол кабачки переложить на блюдо, нарезать и полить соусом, полученным при тушении.

## Голубцы овощные

Кочан капусты очистить, вырезать кочерыжку, опустить кочан в подсоленный кипяток и варить 10—20 минут. После этого выложить на сито, дать стечь воде, разобрать на отдельные листья, которые разложить на столе. Стебли листьев надо размягчить тяпкой или срезать ножом. На подготовленные таким

образом листья капусты положить овощной фарш и завернуть его в листья, придавая голубцам продолговатую форму. Голубцы обжарить на сковороде с маслом, сложить в неглубокую кастрюлю, добавить сметану, томат-пюре, накрыть кастрюлю крышкой и поставить тушить на слабый огонь или в горячий духовой шкаф на 30—40 минут. Во время тушения голубцы надо несколько раз поливать соусом. Готовые голубцы переложить на блюдо и полить соусом, в котором они тушились.

На 1 кг капусты — 3—4 морковины, 2—3 луковицы, по 1 корню петрушки и сельдерея, 2 помидора, 1 стакан сметаны, по 2 ст. ложки томата-пюре и масла.

## Голубцы с рисом, луком и яйцами

Лук и морковную ботву мелко нарезать и обжарить на растительном масле. Рис промыть, залить кипятком, выдержать под крышкой до остывания и откинуть на сито. Яйца отварить и мелко порубить. Смешать зелень, рис и яйца. Посолить и, укладывая полученный фарш на капустные листья, сформовать голубцы. Переложить их в кастрюлю, залить сметаной и тушить под крышкой на слабом огне.

На 500 г капусты — 500 г лука, 200 г риса, 5 яиц, 100 г ботвы морковной, 50 г масла растительного, 200 г сметаны, соль.

## Голубцы картофельные

Картофель натереть на мелкой терке. Лук и морковь мелко нашинковать и обжарить на растительном масле. Смешать тертый картофель и овощи. Посолить и поперчить. Укладывая фарш на капустные листья, сформовать голубцы, поместить их на противень, полить сверху сметаной и запечь в духовом шкафу.

Готовые голубцы сверху полить соусом из мелко нарубленного жареного лука.

На 500 г капусты — 1 кг картофеля, 200 г лука, 200 г моркови, 50 г масла растительного, 200 г сметаны, перец, соль.

## Баклажаны фаршированные

Баклажаны промыть, срезать концы, сделать вдоль небольшой

надрез, через который удалить семена. После этого баклажаны опустить на 5 минут в кипящую подсоленную воду, наполнить подготовленным овощным или грибным фаршем, уложить на сковороду или противень, смазанный жиром, залить сметаной и запекать в духовом шкафу примерно 1 час.

## Помидоры, фаршированные мясом

Помидоры средней величины обмыть в холодной воде, срезать верхушки и осторожно вынуть сердцевину с семенами, не нарушая целости плодов. Подготовленные помидоры посолить, посыпать перцем и наполнить фаршем. Затем положить на сковороду, смазанную маслом; можно посыпать натертым сыром. Сбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу (15—20 минут). Готовые помидоры переложить на блюдо, полить сметанным соусом и посыпать зеленью петрушки или укропом.

На 8 помидоров — 200 г мяса (мякоти), 1/4 стакана риса, 1 луковицу, 2—3 ст. ложки масла.

## Помидоры, фаршированные луком

Промытые помидоры срезать на 1/3 со стороны плодоножки, вынуть семена вместе с соком и посолить. Лук очистить, мелко нарезать, обжарить на растительном масле, добавить натертую черствую булку, мелко нарезанную зелень петрушки, соль, перец. Все хорошо перемешать и начинить подготовленные помидоры, которые подавать на стол горячими или холодными.

На 1 кг помидоров — 4 луковицы, 120 г хлеба белого, 2,5 ст. ложки масла растительного, 1 ст. ложку мелко нарезанной зелени петрушки, соль, перец.

## Помидоры, фаршированные рисом и овощами

Морковь и петрушку очистить, промыть, нарезать мелкими кубиками, протушить с молоком и маслом и смешать с рассыпчатой рисовой кашей, мелко нарезанным салатом, зеленью петрушки и яйцом. Подготовленной начинкой нафаршировать помидоры, у которых срезать на 1/3 верхнюю часть (со стороны плодоножки), удалить семена и слегка отжать сок. Фаршированные помидоры положить на сковороду, смазанную маслом, сбрызнуть маслом и запечь.

Подавать на стол политыми сметанным соусом и посыпанными укропом.

На 700 г помидоров — 3 ст. ложки риса, 2 моркови, 1 корень петрушки, 1 яйцо, 2 ст. ложки масла сливочного, 40 г салата, 20 г зелени, соль. Для поливки — 1,25 стакана соуса сметанного.

## Помидоры, фаршированные яйцами

Из спелых помидоров, срезав основание, вынуть мякоть. Приготовить фарш из рубленых крутых яиц, мелко нарезанного лука, соли и перца. Массу заправить майонезом или сметаной с добавлением томатного соуса « Южный». Помидоры наполнить фаршем и посыпать рубленой зеленью.

На 130 г помидоров — 1/2 яйца, 30 г лука репчатого или зеленого, 15 г майонеза или сметаны, 3 г соуса « Южный» , соль, перец, зелень.

## Огурцы фаршированные

Огурцы разрезать вдоль на 2 части. Мякоть вынуть, измельчить, соединить со сваренными и нарезанными кубиками картофелем, свеклой, морковью, обжаренным луком. Массу перемешать, заправить сахаром, солью, перцем и маслом. Полученным фаршем заполнить огурцы.

Подать на стол со сметаной.

На 80 г огурцов — 20 г картофеля, 10 г свеклы, 15 г моркови, 10 г лука репчатого, 5 г масла растительного, 25 г сметаны, 1 г сахара, соль, перец.

## Картофель, фаршированный грибами

Мелко изрубить отваренные свежие или сушеные грибы. В ложке масла поджарить мелко изрубленную луковицу, смешать с грибами, положить 1/2 тертой булки, 1 яйцо, размешать хорошенько. Взять очищенный и вымытый сырой картофель, срезать верхушки, вырезать осторожно середину, наполнить приготовленной массой, накрыть срезанной верхушкой, уложить в кастрюлю, облить 1/2 стакана растопленного масла, стаканом грибного бульона, накрыть крышкой, варить до мягкости.

### Картофель, фаршированный мясом

Отобрать 1 кг крупного картофеля, хорошо промыть его, залить кипятком, посолить и варить до полуготовности. Затем очистить картофель, срезать боковинку с одной стороны и вынуть середину. Мясо (300 г) перемолоть вместе с вынутым картофелем, вбить яйцо, добавить мелко нарезанный укроп, соль и душистый молотый перец. Все это хорошо выбить. Полученным фаршем начинить картофель и закрыть его боковинками. Уложить картофель плотно в котелок, влить в него бульон или воду и тушить до готовности. Заправить томатом, мукой и сметаной.

### Картофель, фаршированный сельдью

1 кг картофеля приготовить, как указано в предыдущем рецепте. Мякоть, вынутую из середины, перемолоть с очищенной сельдью, добавить 2 мелко нарезанные луковицы, душистый перец, лавровый лист в порошке, сырое яйцо и сметану. Все это хорошо выбить. Полученным фаршем начинить картофель, обжарить в масле, залить сметаной и запечь в горячей печи.

### Лук фаршированный

Сырые луковицы очистить и положить на сковороду, залить подсоленной водой и держать на огне 10 минут. Затем слить воду, остудить и вынуть у луковиц сердцевину. В сырой мясной фарш добавить сырое яйцо, вымоченный хлеб, мелко нарезанные сырые грибы, соль, перец. Хорошо перемешать и нафаршировать луковицы. В глубокую посуду положить на дно нарезанные подсоленные помидоры или соус и луковицы, запечь в духовом шкафу 25—30 минут.

На стол можно подать в глубокой стеклянной посуде или на плоском блюдце.

На 8 луковиц — 250 г фарша мясного, 1 яйцо, хлеб, 100 г грибов, соль, перец.

## СОУСЫ К ОВОЩАМ

### Соус молочный (для котлет капустных или морковных и других блюд)

1 ст. ложку муки слегка прожарить с таким же количеством

масла и развести горячим молоком, вливая его постепенно. Полученный соус варить, непрерывно помешивая, 10 минут и по вкусу посолить.

На 1 ст. ложку муки — 1,5 стакана молока, 1 ст. ложку масла.

## Соус грибной (для картофельных котлет и запеканок)

Промытые в теплой воде сушеные грибы замочить в 3 стаканах холодной воды в течение 2—3 часов, а затем в этой же воде сварить без добавления соли.

1 ст. ложку муки с таким же количеством масла прожарить до светло-коричневого цвета и развести 2 стаканами горячего процеженногр грибного бульона. Полученный соус варить при слабом кипении 15—20 минут. Мелко нарезанный лук поджарить с маслом, добавить нашинкованные сваренные грибы и еще раз все вместе слегка прожарить, а затем переложить в соус. Прибавить по вкусу соль и дать прокипеть.

На 50 г грибов сушеных — 1 ст. ложку муки, 1 луковицу и 2 ст. ложки масла.

## Соус томатный (для картофельных пирожков, фаршированных овощных и других блюд)

Коренья и лук очистить, мелко нарезать и поджарить в масле, добавив во время жарения муку. После этого положить томат-пюре, размешать, развести стаканом воды (или мясным бульоном) и проварить на слабом огне 5—10 минут. После окончания варки соус протереть, посолить по вкусу, положить в него кусочек сливочного масла и размешать.

На 1/2 стакана томата-пюре — 1/2 ст. ложки муки, по 1/2 моркови, петрушки и лука, 1 ст. ложку масла.

## Соус с яйцом (для рулета картофельного и капустных котлет)

Муку слегка прожарить на масле, развести бульоном и дать соусу прокипеть 10—15 минут. После этого яичный желток развести в 1/4 стакана бульона или молока, влить в соус и размешать. Вместо желтка в соус можно добавить рубленое вареное яйцо.

На 1 ст. ложку муки — 1 яйцо и 1 ст. ложку масла.

### Соус яично-масляный (для цветной капусты, спаржи, артишоков)

В кастрюлю влить 2 ст. ложки холодной воды, добавить 2 яичных желтка, тщательно отделив их от белков, соль и все взбить веничком. Поставить кастрюлю на огонь или водяную баню и, постепенно подкладывая по маленькому кусочку сливочного масла, непрерывно помешивать, не допуская не только кипения, но и сильного нагревания. На каждый желток надо положить 75 г сливочного масла. Как только соус загустеет, прибавить по вкусу лимонный сок.

### Соус яичный с вином (для цветной капусты, спаржи, артишоков)

Желтки яиц растереть с сахарной пудрой, прибавить цедру, срезанную с лимона, и, подливая вино, взбивать смесь венчиком. Кастрюлю со смесью поставить на слабый огонь или водяную баню и продолжать взбивать до загустения; при этом нельзя допускать кипения. По окончании варки цедру лимона вынуть, а в готовый соус прибавить по вкусу лимонный сок.

На 3 желтка яичных — 3 ст. ложки пудры сахарной, 3/4 стакана вина белого столового, 1/4 лимона.

### Соус сухарный (для цветной капусты и спаржи)

В разогретое масло всыпать мелко истолченные сухари и, поставив кастрюлю на огонь, дать сухарям зарумяниться. Можно также сначала сухари поджарить на сковороде без масла, а затем смешать их с растопленным маслом.

На 2 ст. ложки сухарей — 3—4 ст. ложки масла.

## ГРИБЫ

Для приготовления грибных блюд используют съедобные грибы: белые, подберезовики, подосиновики, шампиньоны, сморчки, маслята, лисички, опенки. У белых грибов, а также у подосиновиков и подберезовиков ножки надо очистить от земли и тонко срезать с них кожицу, отделив шляпку от ножки, а затем

промыть и ошпарить горячей водой. У маслят следует снять кожицу со шляпок.

У шампиньонов ножки надо очистить от земли, а со шляпок снять тонкую пленку, затем шампиньоны положить в кастрюлю с холодной водой, добавить немного лимонной кислоты, чтобы предохранить грибы от потемнения. Потом шампиньоны надо переложить в другую чистую кастрюлю, залить горячей водой, добавить лимонную кислоту и кипятить 20 минут.

Сморчки и лисички надо перебрать, ножки очистить от земли, промыть и кипятить 10 минут. Затем снова промыть ножки, а со шляпок снять пленку, затем промыть, нарезать и обжарить.

К ядовитым грибам относятся: бледная поганка (белый мухомор), ложный серый опенок, желчный гриб, сатанинский гриб, лисичка ложная и др. Они определяются не только по внешним признакам, но и по следующим четырем:

1) серебряная ложка, опущенная в отвар из ядовитых грибов, покрывается бурым налетом; 2) луковица, положенная в горячий отвар ядовитых грибов, чернеет; 3) соль, посыпанная на нарезанные ядовитые грибы, желтеет; 4) при разрезе ядовитого гриба выступает беловатый сок, причем голубоватый мякиш гриба быстро чернеет.

Могут вызвать отравление также загнившие и перезревшие съедобные грибы.

## Грибы в сметане

Грибы очистить, промыть и ошпарить горячей водой. Откинув их на сито, дать стечь воде, нарезать ломтиками, посолить и обжарить на масле. Перед окончанием жарения в грибы добавить чайную ложку муки и перемешать; затем положить сметану, прокипятить, посыпать тертым сыром и запечь.

При подаче на стол посыпать грибы зеленью петрушки или укропом.

Можно также запечь в сметане и консервированные грибы. Для этого следует слить рассол, а грибы промыть, изрезать и прожарить. В остальном поступить так же, как и со свежими грибами.

На 500 г грибов свежих — 1/2 стакана сметаны, 25 г сыра, 1 чайпую ложку муки и 2 ст. ложки масла.

## Грибы жареные

Грибы (белые, шампиньоны, рыжики) очистить, промыть, ошпарить горячей водой и обсушить на полотенце. Нарезав их крупными ломтиками, посолить и обжарить с обеих сторон на разогретой сковороде с маслом. После этого посыпать мукой и все вместе еще раз прожарить. Подать на той же сковороде горячими, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки или укропом.

На 500 г грибов свежих — 3—4 ст. ложки муки, 2—3 ст. ложки масла.

## Грибы жареные с луком

Очищенные грибы промыть, ошпарить, нарезать тонкими ломтиками, посолить, обжарить на масле и смешать с отдельно поджаренным луком. При подаче на стол грибы посыпать зеленью петрушки или укропом. К готовым грибам при желании можно добавить жареный картофель.

На 500 г грибов свежих — 1 луковицу и 3 ст. ложки масла.

## Рыжики, жаренные в сметане

1/2 кг грибов очистить от земли, тщательно промыть, откинуть на решето, дать стечь воде, положить на сковороду с растопленным маслом и жарить. Луковицу мелко нарезать и тушить в масле. Затем положить в грибы тушеный лук и продолжать тушить все вместе 40—50 минут. После этого добавить в грибы 1/4 стакана сметаны и кипятить 10—15 минут. Подавая на стол, посыпать грибы перцем и укропом.

## Боровички жареные, с луковой подливкой

1 кг свежих молодых боровичков вымыть, обсушить шляпки, посолить и жарить, часто помешивая, в течение 15 минут на сковороде с сильно нагретым маслом. Затем снять и поставить в теплое место. В разогретое масло положить нашинкованный лук (20 г), посолить его и тушить до мягкости, после чего добавить стакан сметаны, вскипятить и полученной подливкой залить грибы.

## Грибы тушеные

Грибы (лисички, опенки, сыроежки) очистить, промыть и вскипятить в подсоленной воде. Откинув на дуршлаг, переложить в кастрюлю с разогретым маслом, добавить 2—3 ст. ложки мясного бульона, накрыть крышкой и тушить примерно 30 минут. При подаче на стол добавить рубленую зелень и размешать.

На 500 г грибов свежих — 3 ст. ложки масла.

## Грибы, тушенные с помидорами

Свежие грибы перебрать, почистить, промыть и нарезать ломтиками. Обжарить с луком, затем добавить нарезанные помидоры, соль и тушить до готовности.

Подавать на стол посыпанными тертым сыром и зеленью.

На 200 г грибов — 20 г лука, 20 г жира, 100 г помидоров, 10 г сыра твердого, соль, зелень.

## Грибы с белым вином

Подготовленные свежие грибы нарезать ломтиками и обжарить. Затем добавить толченый чеснок, зелень петрушки, перец и обжаренную муку. Залить вином и небольшим количеством воды, посолить и тушить.

На 200 г грибов — 20 г масла сливочного, 10 г муки, 20 г вина столового белого, чеснок, зелень петрушки, перец черный молотый, соль.

## Грибы запеченные

В запеченном виде можно приготовить разные грибы, но особенно вкусными получаются сморчки. Грибы очистить, промыть и положить на 5—10 минут в кипящую воду, после чего откинуть на дуршлаг и снова промыть в холодной воде (отвар в пищу не пригоден).

Нарезав ломтиками, поджарить грибы на разогретой сковороде с маслом. В конце обжаривания посыпать мукой, перемешать, влить сметану, дать прокипеть, а затем полить маслом (по желанию посыпать также тертым сыром) и запечь в духовом шкафу.

Подать запеченные грибы на той же сковороде горячими.

### Солянка грибная

Капусту нашинковать, положить в кастрюлю, добавить масло, немного воды, уксус и тушить около часа За 15—20 минут до окончания тушения прибавить томат-пюре, нарезанные дольками огурцы, сахар, соль, перец, лавровый лист.

Грибы (белые, подберезовики, рыжики и др.) очистить, промыть и положить на 10—15 минут в кипящую воду, затем нарезать ломтиками и обжарить в масле. Сложив грибы в миску, на той же сковороде поджарить лук и смешать его с грибами, добавив нарезанный огурец, соль, перец.

Половину тушеной капусты уложить слоем на сковороду, на капусту выложить приготовленные грибы и вновь покрыть слоем оставшейся капусты. Посыпав капусту сухарями и сбрызнув маслом, поставить сковороду в духовой шкаф для запекания.

При подаче на стол на солянку можно положить ломтик лимона или маслины.

Грибную солянку можно приготовить также из квашеной капусты, не добавляя в этом случае уксуса. Свежие грибы можно заменить солеными или сушеными.

На 500 г грибов свежих — 1 кг капусты свежей, 1 огурец соленый, 1 луковииу, 2 ст. ложки томата-пюре, 1—2 чайные ложки сахара, 2 ст. ложки масла.

## БЛЮДА ИЗ БОБОВЫХ

Фасоль, горох и чечевица относятся к бобовым культурам. Они отличаются высокой пищевой ценностью, так как содержат большое количество белковых веществ. При добавлении масла, свиного сала, копченой грудинки из фасоли, гороха и чечевицы можно приготовить много вкусных, питательных блюд.

Фасоль по вкусовым качествам превосходит горох и чечевицу. Она бывает белая и цветная, с зернами различной величины. Хорошая фасоль имеет неповрежденные блестящие крупные зерна, однообразные по цвету и размерам.

Зерна хорошего гороха — крупные, почти одного размера, окраска их белая, желтая или зеленая. Кроме гороха с целыми зернами в продаже имеется и лущеный горох, у которого зерна расколоты пополам и частично освобождены от наружной оболочки. Такой горох содержит меньше грубой клетчатки и значительно быстрее разваривается.

В чечевице, как и в фасоли и горохе, ценятся величина и равномерность зерен, а также их зеленая окраска.

Бобовые в готовом виде можно подавать как отдельное блюдо или как гарнир к мясу или рыбе.

Перед варкой бобовые следует перебрать для удаления посторонних примесей и испорченных зерен и тщательно промыть. После этого, чтобы фасоль, горох или чечевица быстрее и равномернее разваривались, их замачивают в холодной воде в течение 3—4 часов. На следует замачивать бобовые на более длительный срок, особенно в теплом помещении, так как от этого они могут закиснуть. Вода после замачивания в ней бобовых, особенно фасоли, приобретает неприятный привкус, поэтому ее сливают. Замоченные зерна варят в свежей несоленой воде. Соль добавляют лишь в конце варки, так как разваривание в соленой воде происходит значительно медленнее. Такое же влияние, особенно при варке фасоли, оказывает и жесткость воды: в жесткой воде фасоль варится значительно дольше, чем в мягкой.

## Фасоль с маслом и луком

Фасоль промыть и замочить в холодной воде в течение 3—4 часов, затем воду слить, фасоль залить свежей водой и поставить варить. Когда фасоль разварится, воду слить, добавить поджаренный на масле лук, посолить и перемешать.

Таким же способом можно приготовить и горох.

На 1 стакан фасоли — 1/2 чайной ложки соли, 1 луковицу, 1 ст. ложку масла.

## Фасоль с картофелем

Сварить отдельно фасоль и картофель. Сваренный картофель нарезать ломтиками, поджарить и смешать с фасолью. Добавить сметану, мелко нарезанный поджаренный лук, томат-пюре, соль, перец, после чего еще раз перемешать. Кастрюлю накрыть крышкой и поставить тушить в духовой шкаф или на слабый огонь.

На 1 стакан фасоли - 500 г картофеля, 2 луковицы, по 2 ст. ложки сметаны, томата-пюре и масла.

## Фасоль с орехами

Фасоль перебрать, промыть, замочить в холодной воде, затем слить воду, снова залить фасоль холодной водой и свалить ее.

После этого добавить в фасоль мелко нарезанный репчатый лук и дать закипеть. Ядра грецкого ореха истолочь, добавить в фасоль, посыпать солью, перцем и все это размешать деревянной ложкой.

Подготовленную фасоль переложить в салатник или в глубокую фарфоровую посуду и перед подачей к столу посыпать рубленой зеленью. Фасоль с орехами можно подавать в горячем и в холодном виде.

На 1 стакан фасоли — 50 г ядра ореха грецкого, 1 головку лука репчатого или 75 г зеленого.

## Стручки фасоли и гороха в масле

Стручки гороха очистить от жилок и сварить в кипящей подсоленной воде. Для сохранения зеленой окраски варить нужно в открытой просторной посуде, поддерживая сильное кипение. Сваренные стручки откинуть на сито или дуршлаг, дать стечь воде, после чего переложить в кастрюлю и заправить маслом, а по желанию и сахаром.

Стручки фасоли, очистив от жилок, разрезать вдоль или нарезать в виде ромбиков, сварить так же, как стручки гороха, и заправить маслом, солью и перцем.

## Котлеты из фасоли с грибным соусом

Сваренную фасоль смешать с замоченным в молоке хлебом, пропустить через мясорубку, добавить сырые яйца, соль и тщательно вымешать. Из полученной массы разделать котлеты, обвалять их в сухарях и обжарить на сковороде, разогретой с маслом.

Подавать с грибным соусом, который готовят следующим образом. Лук мелко нарезать и обжарить. Добавив нарезанные отварные грибы, прожарить 3—5 минут. В грибной бульон ввести подсушенную муку. Проварить около часа, посолить, затем ввести подготовленный лук с грибами и варить 10—15 минут. В соус можно добавить томат-пасту (100 г).

На 2 стакана фасоли — 50 г хлеба белого, 1/4 стакана молока, 2 яйца, 50 г грибов сушеных, 1/2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки сухарей и 3 ст. ложки масла, 200 г бульона грибного, 200 г лука.

## Бабка из фасоли

Фасоль отварить, протереть в горячем виде и соединить с сырыми яйцами, мукой, обжаренным луком, солью, перцем. Массу вымешать и положить в сотейник, смазанный маслом и посыпанный сухарями. Запечь в духовом шкафу.

Готовую бабку нарезать на порции и полить растопленным маслом.

На 170 г фасоли — 1 яйцо, 20 г муки, 30 г лука, 30 г масла сливочного, 15 г сухарей молотых, перец, соль.

## Фасоль, тушенная с помидорами

Стручки молодой фасоли промыть, очистить от прожилок, разломить на 2—3 части и поставить тушить в небольшом количестве воды (в нее положить кусочек сливочного масла), Пока фасоль готовится, обжарить лук, отдельно слегка обжарить нарезанные кружочками, посоленные и поперченные помидоры. Поджарить на отдельной сковороде муку (без жира). Фасоль тушить до полуготовности, затем посолить ее, положить обжаренный лук, ввести разведенную в воде (или мясном бульоне) муку. За 5—7 минут до окончания тушения добавить подготовленные помидоры. В самом конце положить растертый или мелко нарубленный чеснок.

Подавать фасоль на стол, посыпав зеленью.

На 800 г фасоли — 3 луковицы, 4—5 помидоров, 50 г масла, 1 ст. ложку с верхом муки, 2—3 зубочка чеснока, укроп, зелень петрушки, соль, перец.

## Фасоль протертая

Фасоль перебрать, промыть, замочить, сварить, протереть, добавить слегка поджаренный лук с жиром. Все прогреть, посолить и, беспрерывно помешивая, влить горячее кипяченое молоко.

На 2 стакана фасоли — 2 ст. ложки жира, 1 стакан молока, 1 небольшую луковицу, соль.

## Лопатки фасоли зеленой

Спаржевую фасоль очистить, промыть, разрезать наискось на кусочки длиной 3—4 см и отварить в подсоленной воде до готовности. Отваренную фасоль выложить на дуршлаг, дать стечь

воде.

При подаче на стол полить сливочным маслом с тертыми, слегка обжаренными сухарями.

На 500 г фасоли спаржевой — 2 ст. ложки масла сливочного, 1 ст. ложку сухарей, соль.

## Горошек зеленый в масле

Зеленый горошек вылущить из стручка и сварить в подсоленном кипятке. (Варить надо на сильном огне 10—15 минут.) Сваренный горошек откинуть на дуршлаг, дать стечь воде, а затем переложить в кастрюлю, добавить масло (кусочками), сахар и, встряхивая, перемешать. После этого горошек уложить горкой в подогретый салатник или на глубокое блюдо и подать на стол.

Если взять для приготовления консервированный горошек, то его надо выложить из банки в кастрюлю, прогреть, а затем откинуть на дуршлаг и заправить маслом.

Свежезамороженный горошек следует положить в кипящую воду и варить 5—7 минут, а затем откинуть на дуршлаг. Перед подачей к столу заправить маслом.

Зеленый горошек можно приготовить с яйцом и гренками. Яйца в этом случае варят «в мешочек», очищают и кладут сверху заправленного горошка. Гренки надо приготовить из белого хлеба, нарезанного в виде треугольников. Эти кусочки хлеба замочить в молоке, добавив в него яйцо, сахар, и обжарить на масле.

На 500 г гороха стручкового — 1 чайную ложку сахара, 2 ст. ложки масла.

## Горох с салом

Горох перебрать, промыть, замочить, сварить до готовности, посолить. Смешать с поджаренным вместе с луком салом, нарезанным мелкими кубиками. Все хорошо прогреть.

При подаче на стол посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

На 2 стакана гороха — 2 луковицы, 120 г сала, соль, зелень.

## Сиченики из гороха

Подготовленный горох сварить, протереть, смешать с крутой манной кашей, слегка обжаренным на растительном масле луком. Все пропустить через мясорубку и заправить сырыми яйцами, солью, перцем. Из массы сформовать сиченики, обвалять их в сухарях и жарить на растительном масле с обеих сторон до румяного цвета.

Подавать на стол политыми разогретым сливочным маслом.

На 2 стакана гороха — 4 ст. ложки крупы манной, 2,5 ст. ложки масла растительного, 2 яйца, 3 ст. ложки сухарей молотых, 1 луковицу, 2 ст. ложки масла сливочного, соль, перец.

## Горохлянка

Горох отварить до полуготовности, залить молоком и довести до готовности. В конце варки положить сахар, соль и манную крупу. Массу охладить, вымешать с творогом, сырыми яйцами, маслом и выложить на сковороду, смазанную маслом и посыпанную сухарями. Сбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу.

Подавать в горячем виде со сметаной.

На 50 г гороха — 25 г молока, 10 г сахара, 10 г крупы манной, 50 г творога, 1/4 яйца, 10 г масла сливочного, 5 г сухарей молотых, 20 г сметаны, соль.

## Чечевица, тушенная с копченой грудинкой

Промытую чечевицу замочить в холодной воде в течение 3—4 часов, затем воду слить. Грудинку обварить кипятком и нарезать тонкими ломтиками. Нашинковать лук и слегка поджарить его вместе с грудинкой. После этого чечевицу и грудинку положить в кастрюлю, залить стаканом воды или бульона, добавить томат-пюре, соль, перец, лавровый лист и, накрыв кастрюлю, тушить чечевицу в течение 30 минут. Перед подачей на стол готовую чечевицу выложить на тарелку горкой и посыпать рубленой зеленью петрушки или укропом.

На 1 стакан чечевицы — 150 г грудинки, 2 луковицы и 1 ст. ложку томата-пюре.

# КРУПЯНЫЕ И МУЧНЫЕ БЛЮДА

## КАШИ

Каша бывает трех видов — рассыпчатая, вязкая и жидкая. Рассыпчатую кашу готовят из цельной недробленой крупы (рис, перловая крупа, гречневая — ядрица) или крупнодробленой. Вязкую кашу (главным образом молочную или молочную на воде) можно варить из любой крупы. Жидкую кашу обычно готовят на молоке.

При варке каши очень важно соблюдать правильное соотношение крупы и жидкости (см. таблицу, рассчитанную на 1 кг крупы). Для рассыпчатой оно постоянно, а для вязкой — колеблется в зависимости от желательной густоты каши. Перед заваркой крупу (пшено, рис и перловую) промывают 2—3 раза в холодной воде. Особенно тщательно следует это делать с пшеном, так как оно содержит мучку, придающую горьковатый привкус. Если крупа сильно засорена, ее предварительно просеивают сквозь сито или перебирают. Ядрицу промывают в том случае, если в ней есть пыль (ее можно предварительно слегка обжарить). Перловую крупу для ускорения варки целесообразно замочить на 3—4 часа.

Для варки рассыпчатых каш берется вода в таком количестве, чтобы крупа набухла. При недостатке воды каша получается суховатой, при излишке — вязкой. Как правило, при заварке каши крупу нужно засыпать в кипящую подсоленную воду и варить на слабом огне, изредка помешивая до загустения. Затем, чтобы каша упрела, кастрюлю с кашей следует плотно накрыть крышкой и поставить на водяную баню или в духовой шкаф. Для различных сортов крупы продолжительность упревания разная. В очень жарком духовом шкафу каша может подгореть, поэтому кастрюлю с кашей ставят на сковороду с водой.

Соль при варке молочных каш кладут в молоко до закладки крупы, причем ее берут меньше, чем для каши, приготовляемой на воде. Для сладких каш соль берется в минимальном количестве, по вкусу.

| Наименование каши | Количество воды, л | Количество соли, г | Выход готовой каши, кг |
|---|---|---|---|
| Гречневая | | | |
| рассыпчатая | 1,5 | 21 | 2,1 |
| вязкая | 3,2 | 40 | 4 |
| Рисовая | | | |
| рассыпчатая | 2,1 | 28 | 2,8 |
| вязкая | 3,7 | 45 | 4,5 |
| жидкая | 5,2 | 60 | 6,2 |
| Перловая | | | |
| рассыпчатая | 2,4 | 30 | 3 |
| вязкая | 3,7 | 45 | 4,5 |
| Пшеничная | | | |
| рассыпчатая | 1,8 | 40 | 4 |
| вязкая | 3,2 | 40 | 4 |
| жидкая | 4,2 | 50 | 5 |
| Манная | | | |
| рассыпчатая | 2,2 | 30 | 3 |
| вязкая | 3,7 | 45 | 4,5 |
| жидкая | 5,7 | 55 | 5,5 |
| Пшенная | | | |
| рассыпчатая | 1,8 | 25 | 2,5 |
| вязкая | 3,2 | 40 | 4 |
| жидкая | 4,2 | 50 | 5 |

## Каша гречневая с маслом

В кастрюлю влить воду, посолить, вскипятить. В кипящую подсоленную воду засыпать гречневую крупу и, помешивая, варить до загустения в течение 15—20 минут. Когда каша загустеет, кастрюлю плотно накрыть крышкой и поставить на 3—4 часа для упревания.

На 2 стакана крупы гречневой — 1 чайную ложку соли, 3 стакана воды и 2 ст. ложки масла.

## Каша гречневая со шпиком и луком

Свиной шпик нарезать мелкими кубиками и прожарить вместе с нарезанным репчатым луком. Поджаренный шпик с луком положить в готовую гречневую кашу и размешать.

## Каша гречневая с яйцом

Сварить рассыпчатую гречневую кашу. Яйца сварить вкрутую, очистить, разрезать пополам, а затем каждую половину нарезать на тонкие ломтики. Нарезанные яйца вместе с маслом положить в готовую гречневую кашу и размешать.

На 2,5 стакана крупы гречневой (ядрицы) — 2 яйца, 1 чайную ложку соли и 2—3 ст. ложки масла.

## Каша гречневая с ливером

Сварить рассыпчатую гречневую кашу. Ливер (легкое) промыть, положить в кастрюлю, залить водой, посолить и варить при тихом кипении 1—1,5 часа до мягкости. Сваренный ливер охладить и пропустить через мясорубку или мелко изрубить ножом. Мелко нарезать лук и поджарить на сковороде с маслом. Потом добавить в него еще 1—2 ст. ложки масла и нарубленный ливер, по вкусу посолить и посыпать перцем. Когда ливер с луком поджарится, смешать его с готовой горячей гречневой кашей.

На 2,5 стакана крупы гречневой (ядрицы) — 300 г легкого, 1—2 луковицы, 1 чайную ложку соли и 2—3 ст. ложки масла.

## Каша гречневая с грибами и луком

Сушеные грибы промыть, сложить в кастрюлю, залить 3 стаканами холодной воды и оставить в воде на 1—1,5 часа. Когда грибы набухнут, вынуть их из воды, мелко нарезать, положить обратно в ту же воду, посолить и поставить варить. В закипевшую воду с грибами всыпать поджаренную крупу и размешать. Когда каша загустеет, поставить ее для упревания на 1—1,5 часа. Лук мелко нарезать и поджарить на сковороде с маслом, затем смешать с кашей. В этой каше сливочное масло можно заменить растительным.

На 2,5 стакана крупы гречневой (ядрицы) — 50 г грибов белых сушеных, 2 луковицы, 1 чайную ложку соли, 2—3 ст. ложки масла.

## Каша пшенная с маслом

В кастрюлю влить 4 стакана воды, положить 1 ст. ложку масла и соль. Когда вода закипит, засыпать предварительно промытое пшено и варить до загустения. После этого кашу надо поставить на 50—60 минут для упревания. В готовую кашу положить 1—2 ст. ложки масла и размешать.

Пшенную кашу можно приготовить и другим способом. В кастрюлю влить 7—8 стаканов воды и всыпать 1 чайную ложку соли. Когда вода закипит, всыпать промытое пшено и варить 10—15 минут. После этого воду слить, в кашу положить 1 ст. ложку масла и поставить на 40—50 минут для упревания. В готовую кашу положить 1—2 ст. ложки масла и размешать

На 2 стакана пшена — 1 чайную ложку соли и 2—3 ст. ложки масла.

**Каша пшенная с тыквой**

Свежую тыкву очистить от кожи и зерен, мелко нарезать, положить в кастрюлю, залить 3 стаканами воды и варить 10—15 минут. Затем всыпать промытое пшено и, помешивая, варить еще 15—20 минут. Загустевшую кашу накрыть крышкой и оставить на 25—30 минут для упревания. Пшенную кашу с тыквой можно приготовить и на молоке (?????).

На 1,5 стакана пшена — 750 г тыквы, 3 стакана воды, 1 чайную ложку соли.

**Каша пшенная в горшочке**

Пшено тщательно промыть в нескольких водах (последняя вода должна быть прозрачной) и засыпать в кипящую подсоленную воду, при этом воды по объему должно быть в 5—6 раз больше, чем пшена. Поварив кашу при слабом кипении 5—6 минут, воду слить, а кашу переложить в керамический порционный горшочек, добавить масло, молоко или сливки, все перемешать и, накрыв крышкой, поставить в среднеразогретый духовой шкаф.

На 3 порции — 170 г крупы, 40 г масла, 80 г молока или сливок.

**Каша пшенная с черносливом**

Чернослив промыть и сварить в небольшом количестве воды,

пока не станет мягким, затем отвар слить в отдельную посуду. Добавить в нему воду, сахар и довести до кипения. В кипящий отвар засыпать крупу и варить кашу на слабом огне 1,5 часа. В конце варки в кашу положить масло, подать к столу, украшенной вареным черносливом.

На 3 порции — 150 г крупы, 450 г воды, 15 г сахара, 120 г чернослива, 30 г масла сливочного.

## Каша пшенная с сухофруктами

Промытые сушеные яблоки или сушеные абрикосы без косточек разрезать на мелкие кусочки, залить кипящей водой с добавлением сахара и соли и дать воде закипеть. После этого положить промытое пшено, варить, помешивая, до загустения. Доварить в духовом шкафу.

Подать на стол со сливочным маслом.

На 1 стакан пшена — 200 г фруктов сушеных, 3 ст. ложки сахара, 3 стакана воды, соль.

## Каша чумацкая грибная

Очищенные белые грибы пожарить на сале до полуготовности, добавив мелко нарезанный лук. Из пшена сварить до полуготовности рассыпчатую кашу, смешать ее с поджаренными грибами, посолить и варить до готовности в духовой шкафу.

На 2 стакана пшена — 1 кг грибов белых свежих, 1,5 луковицы, 100 г шпика, соль, 3,5 стакана воды.

## Каша пшеничная с морковью

Крупу несколько раз промыть и засыпать в кипящую воду. Варить до загустения, затем добавить обжаренные лук и морковь, перемешать и поставить в духовой шкаф на 50—60 минут.

Подать на стол с маслом, посыпав зеленью.

На 180 г крупы пшеничной — 50 г лука, 60 г моркови, 40 г масла сливочного, соль, зелень петрушки.

## Каша из дробленой пшеничной крупы

В кипящую подсоленную воду положить предварительно промытую крупу (если крупа мелкодробленая, то промывать не надо). Варить, помешивая, 15—20 минут. Когда каша загустеет, поставить ее на 40—50 минут для упревания под крышкой. Подать с маслом или со сгущенным молоком.

На 2 стакана крупы — 4 стакана воды (для рассыпчатой каши) или 5 стаканов воды (для вязкой), 1 чайную ложку соли.

## Каша из ячневой или дробленой овсяной крупы

Влить в кастрюлю 4,5 стакана воды, положить столовую ложку масла и посолить. Когда вода закипит, всыпать крупу и варить до загустения. После этого поставить кашу на 30—40 минут для упревания. Готовую кашу размешать, разложить на тарелки и полить маслом.

На 2,5 стакана крупы — 1 чайную ложку соли, 2—3 ст. ложки масла.

## Каша перловая с маслом

Крупу всыпать в кипящую волу и дать ей покипеть 5 минут. После этого откинуть на сито, дать стечь воде. В кастрюлю влить 3,5 стакана воды, добавить 1 ст. ложку масла и посолить. Когда вода закипит, положить подготовленную крупу и варить до загустения. После этого кашу на 1,5 часа поставить для упревания. В готовую кашу положить 1—2 ст. ложки масла и размешать.

На 2 стакана крупы перловой — 1 чайную ложку соли, 2—3 ст. ложки масла.

## Каша саговая с маслом

В кастрюлю влить 5 стаканов воды и посолить. Когда вода закипит, всыпать саго и варить на слабом огне до загустения. После этого поставить кашу для упревания на 20—30 минут. В готовую кашу положить масло и размешать.

На 1,5 стакана саго — 3/4 чайной ложки соли, 2 ст. ложки масла.

### Каша рисовая с маслом

В кастрюлю влить 4 стакана воды, положить масло и посолить. Когда вода закипит, всыпать промытый рис и варить его при тихом кипении до загустения. После этого поставить для упревания на 50 минут.

На 2 стакана риса — 1 чайную ложку соли, 2—3 ст. ложки масла.

### Каша рисовая с томатом и сыром

Промыть рис, сварить в подсоленной воде и откинуть на сито или дуршлаг. Затем рис переложить на сковороду с растопленным маслом и поджаривать, осторожно помешивая, до тех пор, пока рис слегка зарумянится, после чего залить горячим томатным соусом, посыпать тертым сыром и тщательно перемешать.

На 1 стакан риса — 1/2 стакана соуса томатного, 30 г сыра тертого, 3 ст. ложки масла.

## МОЛОЧНЫЕ КАШИ

Молочную кашу варят из всех видов крупы, за исключением гречневой (ядрицы). Для приготовления берут свежее цельное или снятое молоко (в последнем случае нужно добавлять в кашу масло). Можно также использовать сухое или сгущенное молоко. (На сгущенном рекомендуется готовить сладкую кашу.)

Молочную кашу варят вязкой, некрутой. В готовую кашу можно по вкусу добавлять сливочное масло и сахар.

### Каша рисовая

Промыть рис, засыпать в кипящую воду и варить 5—8 минут, после чего выложить на дуршлаг или решето. Как только вода стечет, переложить рис в кастрюлю с горячим молоком и, помешивая, варить на слабом огне 15 минут, затем положить сахар и соль, размешать, накрыть крышкой и для упревания поставить на 10—15 минут на водяную баню.

При подаче на стол можно в кашу положить сливочное масло.

На 1 стакан риса — 4 стакана молока, 1 ст. ложку сахара, 1/4 чайной ложки соли.

## Каша рисовая с тыквой

1 кг тыквы очистить, нарезать кусочками, залить молоком (1 л) и варить до полуготовности. Затем в тыкву положить вымытый в горячей воде рис (1 стакан), посолить, накрыть крышкой и варить до полной готовности. Подавать с маслом и сахаром.

## Каша манная

В кипящее молоко тонкой струйкой всыпать крупу и, непрерывно помешивая, варить на слабом огне 10—15 минут до загустения. После этого положить сахар, соль и размешать. В кашу можно положить 1—2 ст. ложки масла.

На 1 стакан крупы манной — 5 стаканов молока, 1 ст. ложку сахара и 1/2 чайной ложки соли.

## Каша из овсяных хлопьев («Геркулес»)

В горячее молоко (можно пополам с водой) всыпать крупу и варить 10—15 минут до загустения, посолить и размешать. Кашу рекомендуется протомить в духовом шкафу. В готовую кашу добавить 2 ст. ложки масла.

Кашу можно подать горячей или холодной, добавив по вкусу сахар, варенье, молоко.

На 2 стакана крупы — 5 стаканов молока, 1/2 чайной ложки соли.

## Каша ячневая или овсяная

В кипящее молоко тонкой струйкой всыпать крупу и, помешивая, варить 10—15 минут на слабом огне до загустения, после чего положить соль и размешать. В кашу можно положить 1—2 ст. ложки масла.

На 1 стакан крупы — 5 стаканов молока и 1/2 чайной ложки соли.

## Каша ячневая, запеченная со сметаной

Сваренную на молоке густую кашу из ячневой крупы с добавлением масла и соли соединить со сметаной, сырыми

яйцами, хорошо перемешать, положить в смазанный маслом сотейник, выровнять верх и запечь в духовом шкафу 25—30 минут.

При подаче на стол полить растопленным сливочным маслом.

На 2 стакана крупы ячневой — 5 стаканов молока, 1 яйцо, 3 ст. ложки масла сливочного, 1/2 стакана сметаны, соль.

### Каша перловая

Промытую перловую крупу засыпать в кипящую воду и варить 10—12 минут. Далее поступать так же, как при варке рисовой молочной каши.

На 1 стакан крупы — 4 стакана молока, 1/2 ст. ложки сахара, 1/4 чайной ложки соли.

### Каша пшенная

В кипящее молоко засыпать хорошо промытое пшено и, часто помешивая, варить на слабом огне 30 минут. После этого положить сахар, посолить, размешать и поставить кашу для упревания на 15—20 минут.

На 1 стакан пшена — 4 стакана молока, 1 ст. ложку сахара, 1/4 чайной ложки соли.

### Каша пшенная с тыквой

Очищенную и мелко нарезанную тыкву положить в горячее молоко и варить в течение 10—15 минут, затем засыпать промытое пшено, положить соль и, помешивая продолжать варить еще 15—20 минут до загустения.

Сваренную кашу для упревания поставить на 25—30 минут на водяную баню или в духовой шкаф.

На 1 стакан пшена — 3 стакана молока, 500 г тыквы, 1 чайную ложку сахара, 1/2 чайной ложки соли.

## КРУПЯНЫЕ ЗАПЕКАНКИ, КРУПЕНИКИ, БИТОЧКИ

Запеканки готовят главным образом из пшена, риса и манной

крупы. Для этого нужно приготовить густую вязкую кашу. При варке этой каши на 1 стакан крупы следует взять 3 стакана молока или воды.

Готовая каша запекается на сковороде, которую предварительно смазывают маслом. Чтобы запеканка не пригорела, дно и края сковороды посыпают толчеными сухарями. Выложенную на сковороду кашу следует разровнять, .посыпать толчеными сухарями, полить маслом и запекать в духовом шкафу в течение 15—20 минут до образования румяной корочки.

### Запеканка манная с фруктами

Сварить манную кашу на молоке. В готовую кашу добавить сахар, яйца, соль, масло, все это перемешать и выложить на смазанную маслом сковороду. Поверхность каши разровнять, посыпать сахарным песком и запечь до образования румяной корочки.

Перед подачей на стол сверху на кашу положить свежие, вареные или консервированные фрукты и полить сладким фруктовым или ягодным соусом.

На 1 стакан крупы манной — 4 стакана молока, 1/2 чайной ложки соли, 2—3 ст. ложки сахара, 100 г фруктов разных, 2 яйца, 2—3 ст. ложки масла.

### Запеканка пшенная, рисовая, ячневая или овсяная

В кипящее молоко всыпать крупу и варить до загустения. После этого посолить, положить сахар, хорошо размешать, выложить на сковороду и запечь.

Готовую запеканку отделить тонким ножом от краев сковороды, выложить на блюдо и разрезать на 5—6 кусков. Перед подачей на стол полить запеканку маслом. При желании масло можно заменить горячим ягодным киселем и посыпать запеканку сахаром или залить сметаной.

На 1 стакан крупы — 3 стакана молока, по 1 ст. ложке сахара и сухарей, 1/4 чайной ложки соли и 2 ст. ложки масла.

### Запеканка рисовая с творогом

Сварить рассыпчатую рисовую кашу. Изюм очистить от

плодоножек и обдать кипятком. Творог протереть сквозь сито. Яйца взбить с сахаром. Все осторожно перемешать, ароматизировать ванилином и выложить на сковороду, смазанную маслом и посыпанную сухарями. Смазав поверхность смесью яйца со сметаной, запечь в духовом шкафу.

Подать с маслом, сметаной или фруктовым соусом.

На 70 г риса — 20 г изюма, 40 г творога, 1/4 яйца, 20 г сахара, 15 г масла сливочного, 5 г сухарей молотых, 35 г сметаны или 100 г соуса фруктового, ванилин.

## Бабка рисовая с яблоками

Сварить вязкую рисовую кашу и вымешать ее с маслом, сырыми яйцами, солью. Яблоки мелко нарезать и пересыпать сахаром с корицей. Половину каши выложить в сотейник, смазанный маслом, и накрыть слоем яблок. На них поместить оставшуюся кашу. Поверхность разровнять и помазать сметаной. Запекать в духовом шкафу.

На 230 г риса — 1 яйцо, 100 г яблок, 40 г сахара, 20 г масла сливочного, 60 г сметаны, корицу, соль.

## Крупеник из гречневой крупы

В кипящее молоко всыпать крупу и варить ее до загустения. После этого положить творог, протертый сквозь сито или пропущенный через мясорубку, сметану, размешать, добавить сырые яйца, соль, сахар. Все это хорошо перемешать и выложить в неглубокую кастрюлю или на сковороду, предварительно смазанную маслом и посыпанную сухарями, разровнять ложкой, смазать сверху сметаной, полить 1 ст. ложкой растопленного масла и поставить в духовой шкаф на 40—50 минут. Готовый крупеник полить маслом. При желании масло можно заменить сметаной.

На 1 стакан крупы гречневой — 200 г творога, 1/2 стакана сметаны, 2 яйца, 2 стакана молока, 1/2 чайной ложки соли, по 2 ст. ложки масла и сахара.

## Запеканка гречневая со свежими грибами

Сварить рассыпчатую гречневую кашу, положить в нее поджаренные свежие грибы, растопленное сливочное масло,

сметану, хорошо перемешать, выложить на сковороду или в кастрюлю и поставить в духовой шкаф на 20—30 минут.

На 1 стакан крупы гречневой — 500 г грибов свежих, 1/2 стакана сметаны и примерно 2 ст. ложки масла сливочного.

## Пудинг рисовый

Промытый рис варить в кипятке 10 минут. После этого воду слить, а рис залить горячим молоком, добавить соль и, помешивая, варить 25—30 минут. Затем добавить сахар, яйца, изюм, все это хорошо размешать, переложить на смазанную маслом и посыпанную сухарями сковороду или в кастрюлю и запечь. Готовый пудинг выложить на блюдо, разрезать на порции и подать с фруктово-ягодным соусом.

На 1 стакан риса — 2 стакана молока, 2 яйца, 2—3 ст. ложки сахара, 50 г изюма, 1/2 чайной ложки соли, 1—2 ст. ложки масла.

## Крокеты из гречневой каши

Грибы отварить и мелко нарезать. Сварить вязкую гречневую кашу на воде с добавлением грибного отвара. Остудив ее, соединить с сырыми яйцами, грибами, рубленой зеленью, тертым сыром, солью, перцем и жареным луком. Массу вымешать, раскатать в молотых сухарях колбаски диаметром 3 см, нарезать их на куски длиной 6—7 см и обжарить до золотистой корочки.

Крокеты уложить на блюдо пирамидкой и украсить зеленью петрушки. Отдельно подать грибной соус.

На 80 г крупы гречневой — 10 г грибов сушеных, 1/2 яйца, 10 г сыра, зелень укропа и петрушки, 15 г лука, 20 г масла растительного, 15 г сухарей, перец, соль, 100 г соуса грибного.

## Сиченики перловые с творогом

Из перловой крупы сварить вязкую кашу, пропустить через мясорубку, добавить протертый творог, сырые яйца, перемешать, разделать сиченики, обвалять в сухарях и жарить на растительном масле.

Подать на стол со сметаной или фруктовым соусом.

На 1 стакан крупы перловой — 3/4 стакана молока, 2 стакана воды, 2 ст. ложки сахара, 200 г творога, 1 яйцо, по 2 ст. ложки сухарей и масла растительного, соль, 1/2 стакана сметаны или 2 стакана соуса фруктового.

## Биточки рисовые

Промытый рис положить в кипящую подсоленную воду и, помешивая, варить 20—25 минут. Загустевшую кашу поставить для упревания. В готовую кашу можно добавить сахар и яйца, размешать, дать каше остыть, а потом разделать биточки, обвалять в сухарях и поджарить на сковороде с маслом. Рисовые биточки можно подать со сладким или грибным соусом.

На 2 стакана риса — 5 стаканов воды, 1 ст. ложку сахара, 1 чайную ложку соли, 1/2 стакана сухарей, 2 ст. ложки масла.

## Биточки из гречневой крупы

В кипящую подсоленную воду (1,5 стакана) засыпать крупу и варить 30—35 минут. Когда каша загустеет, добавить творог, протертый сквозь сито или пропущенный через мясорубку, яйца, сахар и перемешать. Затем из каши приготовить биточки, обвалять их в сухарях и поджарить на сковороде с обеих сторон, пока не образуется румяная корочка.

При подаче на стол на каждый биточек сверху можно положить чайную ложку сметаны. Эти же биточки (без сметаны) можно подать к борщу и рассольнику.

На 1 стакан крупы гречневой — 100 г творога, 2 яйца, 1 чайную ложку сахара, 1/2 стакана сухарей толченых, 1/2 чайной ложки соли и 2 ст. ложки масла.

## Палянички пшенные

Из подготовленного пшена сварить вязкую кашу на молоке, добавить хорошо протертый творог, сырые яйца, соль, сахар, все хорошо смешать. Массу поделить на порции, обвалять в муке, придать круглую приплюснутую форму и жарить с обеих сторон до румяного цвета.

Подать на стол со сметаной.

На 1 стакан пшена — 4 ст. ложки творога, 1 яйцо, 2

стакана молока, 3/4 стакана воды, 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложку сахара, 2 ст. ложки масла сливочного, соль, 1/2 стакана сметаны.

## ПЛОВЫ

Плов — блюдо из риса, сваренного особым способом. Его готовят с жареной и вареной бараниной, домашней птицей, рыбой, яйцами, с вареными и сушеными фруктами, орехами и овощами.

Для приготовления большинства пловов рис перед варкой промывают и замачивают в теплой воде в течение часа для набухания, после чего откидывают на дуршлаг или сито и варят по одному из следующих способов.

*Первый способ*. Промытый рис засыпать в подсоленную кипящую воду и варить, пока крупинки снаружи станут мягкими, а внутри еще будут сохранять некоторую упругость. В этот момент рис надо откинуть на сито и для охлаждения поливать его холодной водой. Затем в глубокой кастрюле растопить часть жира, положить туда отваренный рис, полить остальным жиром, закрыть кастрюлю крышкой и нагревать в течение 40—45 минут.

Для того чтобы рис не пристал ко дну кастрюли, на дно предварительно надо положить очень тонкую лепешку из пресного теста, приготовленного, как для лапши. Эту лепешку подают на стол вместе с пловом.

*Второй способ*. В кипящую подсоленную воду (2 стакана воды на 1 стакан сухого риса) прибавить часть масла или топленого сала, засыпать промытый рис и варить при тихом кипении, не перемешивая. Когда рис впитает в себя всю воду, полить его остальным жиром, кастрюлю закрыть и продолжать варит еще 30—40 минут.

### Плов по-узбекски

Баранину нарезать небольшими кусочками и обжарить в котелке (лучше чугунном) в сильно разогретом жире, после этого добавить лук, нарезанный соломкой, а потом морковь, также нарезанную соломкой, и обжарить вместе с бараниной. Затем баранину залить 4 стаканами воды, добавить соль, перец и довести до кипения.

Рис тщательно промыть, сливая воду 3—4 раза, положить в котелок с мясом и разровнять.

Когда вода выкипит, на поверхности риса сделать несколько углублений (до дна котелка) при помощи веселки или чистой

деревянной палочки. Чтобы плов не подгорел, влить в эти углубления по 1—2 ст. ложки воды, после чего котелок плотно закрыть крышкой и оставить на 25—30 минут на очень слабом огне.

При подаче на стол плов уложить на блюдо в виде горки, сверху поместись кусочки баранины и посыпать сырым луком, нарезанным соломкой.

На 400 г баранины жирной — 2—3 стакана риса, 200—300 г моркови, 150—200 г сала бараньего (или говяжьего) либо масла растительного.

## Плов с тыквой и фруктами

Свежие яблоки и айву очистить от кожицы, удалить семена, разрезать на мелкие кубики смешать с промытым изюмом.

В кастрюле растопить часть масла, покрыть дно ломтиками тыквы, очищенной от зерен и кожицы, на тыкву насыпать Уз часть промытого риса, положить слой фруктовой смеси, засыпать рисом, снова положить фрукты и засыпать остальным рисом. Все это полить оставшимся маслом и залить подсоленной водой настолько, чтобы покрыть водой верхний слой риса. Кастрюлю накрыть крышкой и варить плов на слабом огне в течение часа.

На 1,5 стакана риса — 500 г тыквы, 200 г яблок свежих, по 100 г айвы и изюма, 1/2 стакана масла.

## Плов с изюмом

Рис перебрать, промыть и залить на 10—15 минут кипятком. Затем рис переложить в кастрюлю с кипящей водой и варить до готовности, после чего откинуть рис на дуршлаг.

В отдельной кастрюле растопить масло, положить в нее отваренный рис, сверху залить его растопленным маслом и, плотно закрыв крышкой, поставить кастрюлю на очень слабый огонь на 25—30 минут.

Отдельно на слабом огне поджарить на масле перебранный, промытый и набухший в воде изюм.

При подаче на стол в каждую тарелку с пловом положить по кусочку сливочного масла, закрыв его сверху рисом, а поверх риса — поджаренный изюм.

На 2 стакана риса — 100 г изюма, 1/2 стакана масла топленого и 2 ст. ложки сливочного.

### Плов по-болгарски

Лук мелко нарезать и обжарить в сотейнике с толстым дном. Добавив нарезанный тонкими кольцами перец, рис, измельченные помидоры, воду и соль, тушить в духовом шкафу.

Подать на стол, посыпав рубленой зеленью.

На 70 г риса — 20 г лука, 15 г масла растительного, 20 г перца сладкого, 30 г помидоров, соль, зелень петрушки.

### Ризотто

Лук и петрушку поджарить в сотейнике с толстым дном. Положить фарш, посыпать его солью, специями и слегка обжарить. Засыпать сухой рис и, часто помешивая, жарить, пока зерна не станут прозрачными. Влить вино, бульон и тушить до мягкости. Затем добавить томат-пасту, разведенную небольшим количеством бульона.

При подаче на стол посыпать тертым сыром.

На 230 г риса — 25 г масла растительного, 20 г лука, 1 корень петрушки, 125 г фарша говяжьего, соль, перец, 50 г вина сухого белого или красного, 750 г бульона, 15 г томата-пасты, 10 г сыра.

## БЛЮДА ИЗ МУКИ

### ВАРЕНИКИ

Вареники готовят из пресного теста (без дрожжей) двумя способами — тепловым и холодным.

При тепловом способе 1/10 часть взятой по рецепту муки заварить кипятком в количестве 1/3 от общего количества необходимой воды. Заваренную муку тщательно перемешать, добавить остаток воды комнатной температуры, яйца, соль и замесить тесто так, чтобы оно было однородным, эластичным по консистенции и легко отделялось от рук. После этого дать постоять в течение 40 минут для вызревания.

Из раскатанного теста вырезать стаканом круглые лепешки, на середину положить начинку и соединить, залепив полукруглые края. Если вареники надо вылепить быстро, тесто раскатывают в виде большого прямоугольника, на котором, отступив от его края

на 5 см, уложить начинку на одинаковом расстоянии (6—7 см), наложить на него вторую половину теста и вырезать вареники выемкой.

Подготовленные вареники положить в подсоленную воду и варить при умеренном кипении 5—7 минут, пока они не всплывут на поверхность. Сваренные вареники выбрать шумовкой, сложить в дуршлаг для стекания воды, переложить в кастрюлю, полить разогретым сливочным маслом и слегка встряхнуть, чтобы вареники не прилипли друг к другу.

На 3 стакана муки — 1 яйцо, 1 чайную ложку соли, 3/4 стакана воды.

### *Вареники с мясом*

Мясо, отделенное от костей, нарезать кусочками, обжарить и тушить до готовности с добавлением небольшого количества воды. Тушеное мясо пропустить через мясорубку, добавить мелко нарезанный отдельно обжаренный лук, соль, перец, обжаренную муку, разведенную бульоном, вымесить и тушить.

Сформовать вареники и варить в подсоленной воде. При подаче на стол полить растопленным сливочным маслом или поджаренным шпиком (вместе со шкварками).

На 1 кг мяса — 2 луковицы, 2 ст. ложки масла сливочного, соль, перец.

### *Вареники с печенью и салом*

Очищенную от пленок печень промыть, проварить, нарезать небольшими кусочками, пропустить через мясорубку вместе с отваренным свиным салом, заправить поджаренным, мелко нарезанным луком, солью, перцем и хорошо перемешать. После этого налепить вареники.

При подаче на стол полить растопленным сливочным маслом.

На 700 г печени и 100 г сала — 2 луковицы, 2 ст. ложки масла сливочного, соль, перец.

### *Вареники с ливером*

Сердце после удаления кровеносных сосудов и легкие промыть, нарезать небольшими кусочками и тушить до готовности. Ливер пропустить через мясорубку, добавить нарезанный, слегка обжаренный лук, соль, перец. Все хорошо перемешать и готовить вареники.

При подаче на стол полить растопленным сливочным маслом.

На 1 кг ливера — 2 ст. ложки масла сливочного, 2 луковицы, соль, перец.

### *Вареники с творогом*

Протертый сквозь сито или пропущенный через мясорубку свежий творог смешать с сырыми яйцами, сахаром, солью и налепить вареники.

На 800 г творога — 1/2 стакана сахара, 2 яйца, соль.

### *Вареники из гречневой и пшеничной муки с творогом*

Из гречневой и пшеничной муки, молока или воды, сахара, яиц и соли замесить тесто, раскатать его толщиной 1 —1,5 мм и шириной 5—6 см и готовить вареники. Для начинки творог пропустить через мясорубку или протереть сквозь сито, положить сахар, яйца, соль и хорошо вымешать.

При подаче на стол полить растопленным сливочным маслом, отдельно подать сметану.

На 1,5 стакана муки гречневой и 1,5 стакана пшеничной — 1 стакан молока или воды, 1 ст. ложку сахара, 1 яйцо, соль. Для начинки 800 г творога, 1/2 стакана сахара, 2 яйца, соль.

### *Вареники с картофелем*

Картофель очистить, промыть и сварить в подсоленной воде. Затем протереть, добавить мелко нарезанный, слегка поджаренный лук, соль, перец, все хорошо перемешать и налепить вареники.

При подаче на стол полить разогретым растительным маслом и поджаренным на нем луком.

На 1 кг картофеля — 2 луковицы, 2 ст. ложки масла растительного, соль, перец.

### *Вареники с капустой*

Очищенную, промытую и мелко нарезанную свежую капусту или отжатую от сока квашеную капусту тушить до готовности с добавлением половины нормы жира, томата-пюре, воды или бульона. После этого положить нарезанные и поджаренные лук, морковь и петрушку, сахар, соль, перец. Все смешать, поджарить для подсыхания капустной начинки и налепить вареники.

При подаче на стол полить растительным маслом, смешанным с поджаренным луком.

На 1 кг капусты свежей или 900 г квашеной — 2 ст. ложки масла растительного, 1 ст. ложку сахара, 2 луковицы, 1,5 ст. ложки томата-пюре, по 1/2 корня моркови и петрушки, соль, перец.

### *Вареники с фасолью и грибами*

Сваренную с предварительным замачиванием фасоль пропустить через мясорубку или протереть сквозь сито, добавить мелко нарубленные вареные грибы, слегка поджарить мелко нарезанный лук, соль, перец, хорошо перемешать и сделать вареники.

Подать на стол политыми растопленным сливочным маслом.

На 1,5 стакана фасоли — 2 ст. ложки жира, 50 г грибов белых сушеных, 2 луковицы, соль, перец.

### *Вареники с клубникой, земляникой или малиной*

Перебранную и промытую ягоду пересыпать сахаром и поставить в холодное место на 25—30 минут. Потом отцедить сок и налепить вареники.

Подать на стол с отцеженным соком.

На 4 стакана ягод — 1/2 стакана сахара.

### *Вареники с вишнями или черешнями*

Из перебранных и промытых плодов удалить косточки, мякоть положить в посуду, пересыпать сахаром, дать постоять 25—30 минут и отцедить сок. Налепить вареники и сварить их. После этого готовые вареники разложить на доске для охлаждения.

На стол подать со сметаной, сахаром или фруктовым сиропом.

На 4 стакана плодов — 1/2 стакана сахара.

### *Вареники с сушеными сливами*

Промытые сушеные сливы залить несколько раз кипятком до их размягчения, удалить косточки, мелко нарезать и посыпать сахаром. Из подготовленного теста и начинки налепить вареники.

Можно использовать и целые сливы, для чего после удаления косточки каждую сливу посыпать сахаром, положить на квадратик теста и сформовать вареники треугольной формы.

Подать на стол, посыпав сахаром и полив сметаной.

На 300 г слив сушеных — 1/2 стакана сахара.

### *Вареники с маком*

Мак запить кипятком, удалить всплывший наверх мусор, слить воду, вторично залить кипятком. Оставить так на 10—15 минут, все время подогревая воду, но не доводя ее до кипения. После этого мак выложить на сито и, когда стечет вода, положить в макитру, растереть, смешать с сахаром и продолжать растирание еще 4—5 минут. На подготовленное тесто разложить растертый мак, сформовать вареники и немедленно положить их в кипящую подсоленную воду, учитывая, что тесто может быстро размокнуть.

При подаче на стол посыпать сахаром или полить медом.

На 1,5 стакана мака — 1/2 стакана сахара.

### КЛЕЦКИ

Клецки готовят из пшеничной муки, манной крупы и толокна. Они формуются следующим образом. Взять тесто столовой ложкой и прижать к стенке кастрюли с таким расчетом, чтобы

тесто в ложке лежало плотно. Затем чайной ложкой, смоченной в горячей воде, отделить кусочек теста и опустить его в кипящую подсоленную воду. Клецки делают несколько удлиненной формы и более или менее одинаковой величины.

Клецки в масле, сухарях и сметане подаются как отдельное блюдо, а также могут служить гарниром к мясным блюдам. Клецки в молоке можно подать на второе или на третье блюдо.

### *Клецки из манной крупы с колбасой*

Манную крупу поджарить до светло-желтого цвета, не допуская подгорания. Колбасу пропустить через мясорубку. Лук мелко нарезать и обжарить; добавив томатный сок и колбасу, прогреть до загустения. Подготовленные продукты соединить и вымешать с сырыми яйцами, тертым чесноком, солью, перцем, зеленью. Массу разделать на шарики величиной с грецкий орех. Положить их в кипящую подсоленную воду или бульон и варить на слабом огне 10—15 минут.

При подаче на стол полить растопленным маслом.

На 200 г крупы манной — 200 г колбасы вареной или копченой, 80 г лука, 80 г масла сливочного, 30 г сока томатного, 3 яйца, 4 зубочка чеснока, соль, перец зелень.

### *Клецки из толокна в молоке*

Толокно положить в кастрюлю, залить 2 стаканами холодной воды и перемешать, чтобы не было комков. В полученное тесто отбить сырые яйца, посолить и снова перемешать. Из теста сделать клецки, опустить их в горячее молоко и варить 8—10 минут. На стол клецки подавать в молоке, в котором они варились.

На 2 стакана толокна — 2 яйца, 4 стакана молока, 1/4 чайной ложки соли (в тесто).

### ПЕЛЬМЕНИ

*Для теста.* В муку вбить 1 яйцо, влить 1/4 стакана воды, положить соль, хорошо перемешать и замесить довольно крутое тесто. Раскатать его тонким слоем, вырезать кружочки и

положить на каждый кружочек небольшие шарики фарша. Края кружков защипать.

Для наполнения пельменей можно использовать различный фарш.

*Мясной*. Мясо (лучше говядину пополам со свининой) 2 раза пропустить через мясорубку вместе с луком, прибавить немного воды, положить соль, перец, хорошо размешать.

*Грибной*. Грибы очистить, промыть, залить кипящей водой, в которой оставить на 5 минут, а затем откинуть на сито и промыть. После чего грибы изрубить, поджарить в масле и смешать с мелко нарубленным поджаренным луком, солью, перцем.

*Картофельный*. Вымыть картофель и отварить целиком на пару. Очистить от кожуры и сделать пюре с добавлением соли, перца и поджаренного на топленом масле лука.

### *Пельмени в масле*

Приготовить тесто, как указано выше. Опустить готовые пельмени в кипящую подсоленную воду и варить 10 минут. После этого их надо выбрать шумовкой на блюдо и залить растопленным маслом или сметаной.

На 1,5 стакана муки пшеничной — 1 яйцо, 2 ст. ложки масла или 1/2 стакана сметаны, 400 г мяса (мякоти), 1 луковицу.

### *Чебуреки*

Мякоть баранины и баранье (желательно курдючное) сало вместе с репчатым луком пропустить через мясорубку или мелко изрубить ножом. В измельченное мясо прибавить соль, перец, мелко нарезанную зелень петрушки и, перемешивая эту массу лопаточкой, влить в нее 2—3 ст. ложки холодной воды. Потом перемешать этот фарш с отварным холодным рисом.

Из муки, воды и яиц с прибавлением 1/2 чайной ложки соли замесить, как для лапши, пресное крутое тесто. Раскатав тесто до толщины 1 мм, вырезать из него кружки величиной с небольшое чайное блюдце. На половину каждого кружка положить фарш из баранины, накрыть его другой половиной кружка и соединить края предварительно смазав их взбитым сырым яйцом. Перед подачей на стол жарить чебуреки на глубокой сковороде или

противне с салом.

На 3 стакана муки — 400 г баранины, 100 г сала, 1 яйцо, 3/4 стакана воды для теста, 50 г риса, перец, 200 г жира топленого (для жарения).

## ГАЛУШКИ

### *Галушки украинские*

Муку просеять, сделать в ней углубление в виде воронки, в которое влить 1/2 стакана воды, 2 ст. ложки растопленного масла и 2 яйца, взбитые с неполной чайной ложкой соли. Все это смешать с мукой, и потом выбить, пока не получится гладкое не очень крутое тесто. Раскатать его ровным слоем толщиной 0,5 см и разрезать на небольшие кусочки любой формы.

Кусочки теста (галушки) опустить в подсоленную кипящую воду и варить при слабом кипении воды примерно 10 минут. Когда готовые галушки всплывут на поверхность воды, переложить их шумовкой в дуршлаг или на сито и дать стечь воде. В это время в кастрюле или на сковороде разогреть масло, положить в него галушки, перетряхивая в посуде, слегка поджарить и подать.

В заправленные маслом горячие галушки можно прибавить сметану.

Масло можно заменить поджаренным свиным салом (шпиком), разрезав его на мелкие кубики, и вместе со шкварками заправить им галушки.

На 2,5 стакана муки — 2 яйца, 1/2 стакана сметаны, 100 г масла сливочного или топленого.

### *Галушки гречневые с салом*

Гречневую муку соединить с водой, яйцами и солью. Замесить некрутое тесто, которое раскатать толщиной 0,5 см, нарезать в виде квадратиков и сварить в подсоленной воде.

При подаче на стол перемешать с луком, поджаренным вместе с нарезанным кубиками шпиком.

На 2 стакана муки гречневой — 1/2 стакана воды, 1 яйцо, 1/2 чайной ложки соли, 2 луковицы, 100 г шпика.

### *Галушки из манной крупы*

Молоко влить в кастрюлю, дать закипеть, положить сливочное масло, всыпать манную крупу и размешивать до тех пор, пока масло не начнет отставать от стенок кастрюли. Подготовленную массу охладить, добавить сахар, яйца, соль, тертую цедру лимона и размешать. Чайной ложкой массу класть в кипящую воду. Варить на слабом огне до готовности, вынуть шумовкой, положить в кастрюлю с растопленным сливочным маслом, встряхнуть и подать на стол.

На 1,5 стакана крупы манной — 1,5 стакана молока, 1,5 ст. ложки масла, 1 ст. ложку сахара, 2 яйца, 1 чайную ложку соли, цедру с 1/2 лимона.

### *Галушки картофельные*

Очищенный вареный картофель протереть, посолить, добавить сливочное масло, муку, яйца и хорошо размешать. Массу выложить ложкой в кипящую подсоленную воду и варить 5—6 минут при легком кипении.

При подаче на стол полить растопленным сливочным маслом.

На 500 г картофеля — 2 яйца, 1 ст. ложку масла, 1—2 ст. ложки муки, соль.

### *Галушки из хлебных сухарей*

Растертые с сахаром до пены сырые яйца соединить с толчеными белыми сухарями, половиной нормы растопленного масла и молоком, посолить и хорошо вымешать. Массе дать постоять 30 минут, а потом выложить ложкой в кипящую подсоленную воду и варить до готовности.

Подать на стол политыми растопленным сливочным маслом.

На 1 стакан сухарей толченых — 2 яйца, 1 ст. ложку сахара, 1/2 стакана молока, 1/2 чайной ложки соли, 2 ст. ложки масла.

### *Пампушки пшеничные с чесноком*

Из 1/4 подготовленной муки, сахара, соли и разведенных в теплой воде дрожжей замесить густое тесто и дать ему подойти в теплом месте. В тесто положить остаток муки, растительное масло, хорошо вымешать и снова дать подойти. Сформовать шарики, дать им подойти и выпекать в духовом шкафу. Для подливы очищенный чеснок растереть с солью, добавить растительное масло, квас-сыровец или воду и хорошо размешать.

Подавая на стол, пампушки полить подливой.

На 400 г муки — 1 ст. ложку сахара, 12 г дрожжей, 1/2 ст. ложки масла, стакана воды, соль.

Для подливы — 30 г чеснока, 1 ст. ложку масла, 1/2 стакана кваса-сыровца или воды.

## *Сочники с творогом*

Из просеянной муки, разогретого сливочного масла, яиц, растворенных в воде сахара, соды и соли замесить крутое тесто, которое раскатать длинной полоской толщиной 0,5 см. На половину полоски теста уложить творог, пропущенный через мясорубку и заправленный сахаром, яйцами, солью. После этого свободный край теста завернуть, нарезать кусками длиной 5 см и шириной 2,5 см, обжарить с обеих сторон до румяного цвета и поставить в духовой шкаф на 4—5 минут.

Подавать политыми сметаной.

На 2 стакана муки — 2 ст. ложки масла, 2 ст. ложки сахара, 1 яйцо, 1/2 чайной ложки соды, соль.

Для начинки — 500 г творога, 3 ст. ложки сахара, 1 яйцо, соль,

## БЛИНЫ

Чтобы испечь тонкие румяные и сочные блины, лучше пользоваться сковородами небольшого размера — чугунными или из другого металла, но непременно с толстым дном. Перед тем как налить тесто на сковороду, необходимо ее хорошо нагреть и смазать маслом, иначе блин пригорит.

Сковороды, не бывшие в употреблении, надо поставить на огонь с каким-либо жиром и нагревать в течение 10—15 минут, затем слить жир, а сковороду немедленно протереть солью. «Первый блин комом» — говорит старая русская пословица.

Действительно, первый блин чаще всего получается «комом» — бледный, толстый, неаппетитный. По первым блинам нужно установить, сколько теста следует наливать на сковороду, чтобы блины получались ровными и тонкими.

В русской печи блины одновременно пропекаются и сверху, и снизу. Хорошие блины можно печь и на плите. Нужно только следить, чтобы блин не подгорел, своевременно его переворачивая.

Для блинов используют как пшеничную, так и гречневую муку. Подавать на стол их можно с различными приправами: мелко нарезанным зеленым луком, рублеными вареными яйцами, сельдью, семгой, нарезанной маленькими кусочками, снетками и другой рыбой.

Блины с приправами надо печь так: разогретую сковороду смазать маслом, посыпать зеленым луком или рублеными яйцами либо положить кусочки рыбы, налить тесто и дальше печь, как обыкновенные блины.

К блинам можно подавать разогретое сливочное, топленое или растительное масло, сметану, сельдь, миноги, балык, кильки, анчоусы, лососину, семгу, кету и икру разных сортов.

Блины подают к столу горячими: складывают их в подогретую миску или на блюдо стопками, накрыв салфеткой, или держат в духовом шкафу. Лучше же всего подавать блины к столу прямо со сковороды.

### *Блины на опаре*

Поставить опару, для чего влить в посуду 2 стакана теплой воды, развести дрожжи, всыпать 500 г муки, размешать до гладкости, накрыть и поставить в теплое место примерно на час.

Когда опара подойдет, прибавить соль, сахар, яичные желтки, растопленное сливочное или растительное масло (или маргарин), размешать и добавить остальную муку, вымешивая тесто до гладкости.

Затем развести тесто теплым молоком, вливая его постепенно по одному стакану и каждый раз вымешивая. Посуду с тестом накрыть и поставить в теплое место. Когда тесто поднимется, надо его размешать, чтобы оно осело, снова поставить в теплое место, дать подняться и еще раз опустить, добавив в тесто сбитые в пену яичные белки.

Начинать печь блины следует тотчас же после подъема теста. Хорошие блины получаются, если тесто подошло не менее 2—3 раз.

Чтобы получить более сухие блины, тесто нужно готовить наполовину из гречневой муки. Опару ставить на пшеничной муке, добавив 1 ст. ложку гречневой. Остальную гречневую муку добавить после подъема опары вместе со сдобой (яйцами, маслом и пр.). Тесто и в этом случае следует разводить теплым молоком.

На 1 кг муки пшеничной — 4—5 стаканов молока, 3 ст. ложки масла, 2 яйца, 2 ст. ложки сахара, 1,5 чайной ложки соли, 40 г дрожжей.

### *Блины скороспелые*

Яйца смешать с 3 стаканами теплой воды, прибавить соль, сахар и соду, затем всыпать муку и хорошо размешать веселкой или сбивальным венчиком так, чтобы тесто получилось без комков. Лимонную или виннокаменную кислоту развести в стакане воды, влить в подготовленное тесто, размешать и немедленно начать печь блины.

Если не имеется кислоты, то тесто для блинов можно приготовить так: муку, яйца, сахар, соль смешать с кислым молоком, а соду развести в стакане воды, влить в тесто перед выпечкой блинов и размешать.

На 500 г муки — 3 стакана воды, 2—3 яйца, 1 ст. ложку сахара, по 1/2 чайной ложки соли, соды и кислоты.

### *Блины украинские*

Из перебранного и промытого пшена сварить вязкую кашу, дать остыть, после чего протереть ее сквозь сито. В кастрюлю влить 1/2 стакана молока, добавить 1 ст. ложку масла, довести до кипения, всыпать 1 стакан гречневой муки, заварить густое тесто и дать ему остыть до комнатной температуры. После этого в тесто влить разведенные в теплой воде дрожжи, размешать и дать подойти. Затем добавить протертую кашу, остальную муку, сырые желтки, растертые с сахаром, посолить и, влив теплое молоко, тщательно размешать и вторично дать подойти. Добавив в тесто взбитые в пену белки, выпекать блины.

Перед тем, как подать на стол, блины полить малом, отдельно подать сметану.

На 300 г пшена — 300 г муки гречневой, 3—4 ст.

ложки масла, 2 яйца, 2 ст. ложки сахара, 1 стакан сметаны, 2 стакана молока, 15 г дрожжей.

### *Блины манные*

В кастрюлю со стаканом кипящего молока всыпать манную крупу, добавить сливочное масло. Сварить крупу и охладить ее. Перед выпеканием всыпать пшеничную муку, развести массу 2 стаканами кислого молока, добавить желтки, взбитые белки, соль, тщательно размешать и выпекать на маленькой сковороде.

Подать на стол со сливочным маслом.

На 3/4 стакана крупы манной — 2 стакана молока кислого, 3/4 стакана муки, 1/2 ст. ложки масла, 2 яйца, 1 чайную ложку соли, 3 чайные ложки сахара.

### *Блины яблочные*

Муку просеять, половину положить в кастрюлю, влить теплое молоко, в котором разведены дрожжи, добавить сахар, размешать. Тесто накрыть и поставить в теплое место, чтобы подошло. После этого положить печеные, протертые сквозь сито яблоки, всыпать остаток муки, положить яйца. Тесто хорошо взбить, посолить, развести сливками до густоты сметаны, поставить в теплое место, чтобы вторично подошло, и выпекать блины.

Подавать на стол с сахаром.

На 2,5 стакана муки — 3 яблока средней величины, 25 г дрожжей, 1/2 чайной ложки соли, 2 чайные ложки сахара, 2 яйца, 1 стакан сливок, 1 стакан молока.

### *Блины морковные*

1/2 кг моркови промыть, залить горячей водой, накрыть крышкой и варить до мягкости. Очистить вареную морковь от кожицы, протереть, влить в нее 3/4 литра молока и вскипятить. В кипящее пюре всыпать стакан муки, хорошо растереть, чтобы не было комков, влить 1/4 литра молока или воды (лить понемногу, размешивая); потом вбить 4 яйца, всыпать стакан муки, хорошо выбить, влить разведенные в 1/4 литра воды дрожжи (100 г), размешать и дать тесту подняться.

Через 2 часа тесто посолить, положить в него 2 ст. ложки

теплого масла, 1/2 ст. ложки сахара, размешать, добавить 1/2 стакана муки и выбивать в течение 15 минут в теплом месте, пока тесто не станет пузыриться. Затем поставить тесто в теплое место, накрыв его сверху. Когда тесто поднимается, печь из него блины.

## ОЛАДЬИ

Развести дрожжи в теплом молоке, всыпать муки и вымесить. Тесту дать подняться в теплом месте. Потом положить яйца, соль, сахар и 1 ст. ложку сливочного или растительного масла, вымесить, дать тесту вторично подняться и, не размешивая его, брать смоченной в воде ложкой, класть на горячую сковороду с маслом и поджаривать оладьи с обеих сторон.

К оладьям подать, сахар, мед, варенье, джем или творог со сметаной и сахаром.

Можно приготовить оладьи с изюмом. Для этого изюм тщательно перебрать, хорошо промыть и смешать с тестом.

На 500 г муки — 2 стакана молока или воды, 2 яйца, 1,5 ст. ложки сахара, 3—4 ст. ложки масла сливочного или растительного, 1/2 чайной ложки соли, 25 г дрожжей.

## *Оладьи с тыквой, кабачками или морковью*

Свежие тыкву, кабачки или морковь очистить, нарезать дольками и сварить в небольшом количестве воды. Сваренные овощи пропустить через мясорубку или протереть сквозь решето. В полученное овощное пюре, не давая ему остыть, вбить яйца, положить соль, уксус или простоквашу, всыпать муку, смешанную с содой, и хорошо вымесить, после чего печь оладьи на горячей сковороде.

На 1 кг муки — 1 кг овощей, 2 яйца, 1—2 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки уксуса, 1,5 чайных ложки соли, 1/2 чайной ложки соды, 2 ст. ложки масла.

## *Оладьи с яблоками*

В теплом молоке или теплой воде развести дрожжи, добавить масло, яйца, сахар, соль и, тщательно вымешивая, постепенно всыпать муку, после чего посуду с тестом накрыть полотенцем и

поставить в теплое место для подъема. Яблоки очистить от кожицы и сердцевины, нарезать тонкими ломтиками и перед выпечкой положить в готовое поднявшееся тесто, перемешать, после чего жарить оладьи на сковороде с разогретым маслом.

На 500 г муки — 2 стакана молока или воды, 2 яйца, 2 ст. ложки масла, 1 ст. ложку сахара, 1/2 чайной ложки соли, 25 г дрожжей, 3—4 яблока.

## БЛИНЧИКИ И БЛИНЧАТЫЕ ПИРОГИ

Для блинчиков готовят жидкое тесто на молоке с добавлением яиц и сахара. Подают их с медом или сахаром или с начинкой из творога, яблок, варенья.

### *Блинчики с медом или сахаром*

Смешать 3 яичных желтка с молоком (1/2 стакана), прибавить соль, сахар и, помешивая, всыпать муку. После этого положить разогретое сливочное масло и снова вымесить тесто, чтобы не было комков. Затем развести молоком, вливая его постепенно, и добавить взбитые в пену яичные белки.

Выпекать блинчики надо не толстыми, на разогретой сковороде, предварительно смазанной маслом. Каждый готовый блинчик сложить, не снимая со сковороды, вчетверо, потом переложить в подогретое блюдо и накрыть салфеткой.

Подать к столу с медом или сахаром.

На 250 г муки — 2,5 стакана молока, 3 яйца, по 2 ст. ложки масла сливочного и топленого (для смазывания сковороды ), 1/4 чайной ложки соли.

### *Блинчики с творогом, яблоками и другими начинками*

Смешать сырые яйца с солью, сахаром, прибавить 1/2 стакана молока, размешать, всыпать муку и вымесить тесто, чтобы не было комков. После этого тесто развести оставшимся молоком.

Хорошо разогреть сковороду средней величины, смазать, ее маслом или кусочком шпика, налить разливательной ложкой тесто на сковороду, быстро повертывая ее, чтобы тесто разлилось по всей сковороде ровным и тонким слоем. Блинчики, подрумянившиеся с одной стороны, снимать со сковороды,

складывать стопкой на доске или блюде. Затем блинчики разложить на доске подрумяненной стороной кверху и на каждый блинчик положить 1 ст. ложку творожной, яблочной начинки или 1 ст. ложку варенья, густого повидла. Блинчики завернуть в виде конверта и обжарить с обеих сторон на сковороде с маслом. При подаче на стол посыпать сахарной пудрой.

Таким же способом можно приготовить блинчики с мясом. В этом случае к блинчикам надо подать сметанный соус с томатом.

На 250 г муки — 2,5 стакана молока, 3 яйца, 1/2 ст. ложки сахара, 1/4 чайной ложки соли.

Для обжаривания — 1 ст. ложку масла топленого или маргарина.

### *Пирог блинчатый*

Испечь блинчики, как указано выше. Смазать маслом и обсыпать сухарями форму или низкую кастрюлю. Дно и стенки посуды покрыть одним рядом блинчиков, поджаренной стороной внутрь, положить слой начинки, накрыть блинчиком, положить второй слой начинки и опять накрыть блинчиком и т.д. до самого верха формы. Верхний слой начинки покрыть блинчиком, смазать взбитым яйцом, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и поставить форму в духовой шкаф на 30—40 минут.

Когда пирог испечется, опрокинуть его на блюдо и подать к столу. Отдельно подать масло, мясной или куриный бульон в чашке.

Блинчатый пирог можно делать с любыми начинками — с одной или несколькими: например, рубленным куриным мясом, заправленным белым соусом, творогом, яйцами и луком, повидлом, вареньем и свежими фруктами.

## БЛЮДА ИЗ МАКАРОННЫХ ИЗДЕЛИЙ

Приготовление блюд из макарон (лапши и вермишели) отличается простотой, требует небольшой затраты труда и времени, Макаронные изделия для варки закладывают в кипящую подсоленную воду. Воды берется 2 стакана на каждые 100 г макарон, соли — 1/2 чайной ложки (5 г). Время варки макарон 20—30 минут, а лапши — 12—15 минут. Сваренные макароны откидывают на сито или дуршлаг. Когда вода стечет, макароны, не давая им остыть, заправляют маслом или соусом.

Воду (отвар) после макарон следует использовать для заправочных супов, супов-пюре и соусов.

Макароны варят и без сливания воды. В этом случае воды берут меньше, с таким расчетом, чтобы макароны впитали всю воду. При этом способе варки на 100 г макарон берут 1 стакан воды. Макароны, как и при варке со сливанием воды, положить в кипящую подсоленную воду, варить при помешивании 20 минут, затем кастрюлю с макаронами накрыть крышкой и для упревания поставить на слабый огонь на 15—20 минут. После этого положить в готовые макароны масло, размешать и подавать на стол.

### *Макароны, лапша и вермишель с маслом*

Сварить макароны, вермишель или лапшу, как это указано выше, слить воду, заправить их маслом и размешать.

На 250 г макарон, вермишели или лапши — 2 ст. ложки масла

### *Макароны с сыром, брынзой, творогом*

В горячие сваренные макароны положить масло и половину натертого сыра и все это хорошо размешать. При подаче на стол посыпать оставшимся сыром.

На 250 г макарон — 50 г сыра или 40 г брынзы, или 80 г творога и 2 ст. ложки масла,

### *Макароны в томате с грибами и ветчиной*

Сварить макароны. Ветчину и сваренные грибы нарезать в виде мелкой лапши и поджарить на масле. Затем в поджаренные ветчину и грибы добавить томат-пюре, прокипятить, смешать с макаронами, размешать и подать к столу,

На 250 г макарон — 100 г ветчины вареной, 200 г грибов свежих белых или шампиньонов, 4 ст. ложки томата-пюре, 2 ст. ложки масла.

### *Макароны по-флотски*

Макароны отварить, откинуть на дуршлаг, и, когда вода стечет, сразу же заправить частью масла. Отварное мясо пропустить через мясорубку, поджарить с луком и смешать с отварными макаронами. Заправить перцем, зеленью. Можно использовать и сырой фарш: его нужно поджарить, посыпать жареным луком и, подлив немного бульона, тушить до готовности.

На 80 г макарон — 60 г мяса отварного, 15 г масла сливочного, 20 г лука, перец, соль, зелень петрушки или укропа.

### *Макароны или лапша с фасолью*

Перебранную и промытую белую фасоль замочить в воде в течение 5—8 часов и сварить. Макароны или лапшу отварить в подсоленной воде, отцедить на дуршлаг, соединить с вареной фасолью, поджаренным на масле с томатом-пюре луком, перемешать и прогреть на слабом огне.

При подаче на стол посыпать мелко нарезанным укропом.

На 300 г макарон или лапши — 1 стакан фасоли, 3 луковицы, 2—3 ст. ложки масла сливочного, 2 ст. ложки томата-пюре, соль.

### *Лапша с маком*

Мак промыть горячей водой, ошпарить кипятком, прокипятить, слить воду, добавить сахар и растереть. Лапшу отварить, откинуть на дуршлаг, добавить растопленное сливочное масло, мак и хорошо перемешать.

При подаче на стол посыпать сахаром.

На 400 г лапши — 50 г мака, 2 ст. ложки масла сливочного, 3 ст. ложки сахара.

### *Макароны или вермишель, запеченные в сметане*

Макароны или вермишель, отваренные в подсоленной воде, соединить с яичными желтками, растертыми со сметаной и сахаром, и хорошо перемешать. Подготовленную массу положить в смазанный маслом и посыпанный сухарями сотейник или на

противень, разровнять, сбрызнуть растопленным сливочным маслом и запечь в духовом шкафу.

При подаче на стол полить сливочным маслом.

На 400 г макарон или вермишели — 3 желтка, 2 ст. ложки сахара, 1 стакан сметаны, 3 ст. ложки масла сливочного, соль.

### *Макаронник или лапшевник с яйцом*

Сварить макароны или лапшу, слить с них воду. В отдельную кастрюлю влить холодное молоко, положить сырые яйца, сахар, соль. Затем, хорошо размешав, влить это молоко в макароны или лапшу, уложенную на подмазанную маслом сковороду, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и запекать в духовом шкафу 15—20 минут, пока не образуется румяная корочка. При подаче на стол посыпать сахаром или полить маслом.

На 250 г макарон или лапши — 1 яйцо, 1 стакан молока, по 2 ст. ложки сахара и сухарей, 1/2 чайной ложки соли и 1 ст. ложку масла.

### *Макаронник или лапшевник с творогом*

Сварить макароны или лапшу и смешать с сырыми яйцами, солью и сахаром. Творог протереть сквозь сито или пропустить через мясорубку, хорошо смешать его с макаронами или лапшой, выложить на сковороду, подмазанную маслом, разровнять, сверху посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и запекать в духовом шкафу 15—20 минут.

При подаче на стол посыпать сверху сахаром.

На 250 г макарон — 2 яйца, 1 стакан творога, по 2 ст. ложки сахара и сухарей, 1/2 чайной ложки соли, 1 ст. ложку масла.

### *Макаронник или лапшевник с мясом*

Сварить макароны или лапшу. Мясо (говядину, баранину, свинину) пропустить через мясорубку, посыпать солью и перцем и положить на разогретую с маслом сковороду, затем поджарить на слабом огне. Когда мясо будет готово, еще раз пропустить его

через мясорубку, добавить 2 ст. ложки бульона или отвара от макарон и хорошо размешать. Можно также добавить в мясо поджаренный лук. Вместо сырого можно взять мясо вареное или жареное.

В сваренные макароны или лапшу положить сырые яйца, соль, перемешать и ровным слоем выложить половину на сковороду, смазанную маслом. На этот слой равномерно разложить подготовленный мясной фарш и закрыть его остальными макаронами или лапшой, разровнять, сверху посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и запекать в духовом шкафу 15—20 минут.

На 250 г макарон или лапши — 250 г мяса (мякоти), 1 яйцо, 1/2 чайной ложки соли, 2 ст. ложки сухарей и 1 ст. ложку масла.

### *Запеканка из макарон с помидорами*

Отварные макароны смешать с маслом, тертым сыром, сметаной и томатом-пастой. Массу выложить на сковороду, смазанную маслом и посыпанную сухарями, и запечь в духовом шкафу.

При подаче на стол полить растопленным сливочным маслом.

На 70 г макарон — 10 г масла сливочного, 20 г сыра твердого или плавленого, 15 г сметаны, 15 г томата-пасты, 5 г сухарей, соль.

# БЛЮДА ИЗ ЯИЦ И ТВОРОГА

Наиболее распространенный и простой способ приготовления яиц — варка их в скорлупе всмятку, «в мешочек», вкрутую. Перед варкой яйца следует обмыть в теплой воде и, если они подаются на стол в скорлупе, оставшиеся на них пятна оттереть солью.

В кипяток погружать яйца нужно все сразу, пользуясь для этого шумовкой или сеткой.

Яйца, сваренные всмятку и «в мешочек», подают на тарелке, предварительно положив на нее салфетку. Одновременно ставят на стол рюмки фарфоровые или из пластмассы, которые служат подставками для яиц во время еды.

## Яйца всмятку

Вымытые яйца опустить в кипящую воду и варить в течение 3—4 минут. Яйца всмятку можно сварить и без кипячения. Для этого яйца положить в кастрюлю и залить кипятком, чтобы вода покрыла их. В воде яйца надо продержать 10 минут, затем воду слить, снова залить кипятком и вынуть через 2—3 минуты. Белок яйца, сваренного таким способом, не твердеет, а только сгущается в нежную белую массу, желток же остается полужидким.

## Яйца «в мешочек»

Яйца опустить в кипящую воду. После погружения яиц вода должна вновь быстро закипеть, поэтому надо варить их на сильном огне и в достаточном количестве кипятка. Через 5—6 минут после погружения в кипяток яйца надо вынуть, облить холодной водой и горячими подать на стол.

## Яйца «в мешочек» без скорлупы

Глубокий сотейник наполнить до половины водой. Добавить соль и уксус, поставить на огонь. В кипящую воду быстро, одно за другим выпустить из скорлупы яйца (не более 10). Варить при слабом кипении 3,5 минуты. Яйцо должно иметь приплюснутую форму, белок — довольно плотный, с неровной поверхностью, желток — полужидкий. Готовые яйца переложить шумовкой в посуду с холодной, слегка подсоленной водой. Перед использованием прогреть в этой же воде или бульоне, предварительно подровняв края белка.

На 2 яйца — 10 г соли, 45 г уксуса, 1 л воды.

## Яйца по-украински

Хлеб нарезать ломтиками длиной 7—8 см и толщиной 1 см, намазать маслом и уложить на противень. Покрыть слоем тертого сыра высотой 1,5 см, оставляя посредине ломтиков углубления. Осторожно выпустить в них по 1 сырому яйцу, которые посолить, посыпать перцем и полить разогретым маслом. Прогреть в умеренно нагретом духовом шкафу и подать на стол в горячем виде.

На 2 яйца — 100 г хлеба пшеничного, 12 г масла сливочного, 10 г сыра, соль, перец черный молотый.

## Яйца в сметане

Яйца сварить вкрутую, крупно нарезать, положить на сковороду, смазанную маслом, посолить, залить сметаной и поставить на 20 минут в духовой шкаф.

На 8 яиц — 1 стакан сметаны, 1/2 ст. ложки масла сливочного, соль.

## Яйцо вареное с подливой из хрена

Хрен очистить, промыть, натереть на мелкой терке, слегка обжарить на сливочном масле, добавить подсушенную муку, сметану, уксус, сахар, соль. Все смешать, поджарить и заправить сливочным маслом. Разрезанные пополам в длину вареные яйца разложить на тарелки и залить подливой.

На 8 яиц — 1 стакан сметаны, 1 корень хрена, 1 чайную ложку уксуса, 1 ст. ложку муки, 1 чайную ложку сахара, 2 ст. ложки масла сливочного, соль.

## Яйца по-португальски

Яйцо сварить вкрутую, очистить от скорлупы и нарезать ломтиками. Не очень спелые помидоры, вынув из них мякоть, нарезать ломтиками, слегка посолить. На дно смазанного сотейника уложить слой помидоров, накрыть их яйцами, сверху снова слой помидоров. Посолить, залить растопленным маслом,

посыпать тертым сыром и запечь в духовом шкафу.

На 1 яйцо — 85 г помидоров, 4 г масла сливочного, 3 г сыра, соль.

### Яйца, жаренные в тесте

Замесить тесто: просеянную муку вымешать с маслом, разведенными в теплой воде дрожжами, солью. Тесто должно иметь консистенцию сметаны. Посуду с тестом накрыть и поставить в теплое место на 2—3 часа, чтобы оно поднялось. Незадолго перед использованием ввести в тесто взбитые белки.

Яйцо сварить вкрутую, очистить от скорлупы и разрезать вдоль на 2 части. Половинки смочить в тесте и обжарить на сильном огне во фритюре. Подать на стол с зеленым салатом.

На 1 яйцо — 17 г муки, 20 г воды, 1 г дрожжей, 35 г масла растительного, соль.

### Яйца с помидорами и жареным картофелем

Помидоры очистить от кожицы, разрезать пополам и слегка отжать. Затем нарезать ломтиками, обжарить и залить яйцами. Посолив, довести до готовности в духовом шкафу. Подать на стол с жареным картофелем.

На 2 яйца — 100 г помидоров, 20 г масла сливочного, 2 г соли, 100 г картофеля.

### Яйцо «в гнездышке»

Колбасу нарезать крупными ломтиками и обжарить. Когда кожица стянется и ломтик примет форму гнездышка, выпустить в него яйцо. Слегка посолив белок, прогреть до готовности.

Подать на стол, выложив на подогретую тарелку и украсив листочками свежего салата.

На 1 яйцо — 30 г колбасы вареной, 5 г жира топленого, 20 г салата, соль.

### Яйца с рыбой в корзиночках

Кусочки отварной рыбы положить в корзиночки, выпеченные

из слоеного теста. Сверху поместить яйца, сваренные «в мешочек» без скорлупы. Подать в горячем виде под соусом красным с вином или томатным соусом. Вместо рыбы корзиночки можно наполнить крабами или печенью трески.

На 2 яйца — 2 корзиночки, 60 г рыбы, 30 г соуса.

## Яйца, запеченные по-охотничьи

Печень и грибы нарезать ломтиками, припустить с маслом, полить соусом мадера и уложить на смазанную маслом сковороду. Залить яйцами, запечь в духовом шкафу.

Подать в горячем виде под соусом.

На 2 яйца — 25 г печени куриной или дичи, 25 г грибов, 20 г масла сливочного, 30 г соуса, соль.

## Яйца в остром соусе

Сваренные вкрутую яйца нарезать кружочками и сложить горкой на тарелку. Приготовить соус: горчицу растереть с сырыми желтками и солью, постепенно добавляя масло. В массу ввести мелко нарезанные огурцы и рубленые белки (по желанию и кислоту). Полученным соусом залить яйца.

При подаче на стол украсить листьями салата и ломтиками редиса.

На 1 яйцо для соуса — 1/2 желтка яичного, 1/2 чайной ложки горчицы, 15 г масла растительного, 30 г огурцов маринованных, соль, салат зеленый, редис.

## Яйца вкрутую

Время варки яиц вкрутую 8—10 минут, считая с момента закипания воды, в которую положены яйца. При более продолжительной варке белок яйца делается слишком твердым, а желток теряет свою ярко-желтую окраску. Сваренные яйца надо немедленно опустить в холодную воду, иначе их трудно будет очистить от скорлупы.

Если сваренные яйца предназначены для приготовления какого-нибудь блюда, их, вынув из кипятка, надо немедленно опустить в холодную воду, надколоть скорлупу и очистить. Правильно сваренное яйцо легко очищается, свернувшийся белок представляет собой плотную оболочку, удерживающую желток,

который остается полужидким.

### Яйца фаршированные

Сваренные вкрутую яйца очистить от скорлупы, разрезать пополам (в длину), из каждой половинки яйца вынуть желток и вырезать часть белка так, чтобы углубление в белке получилось продолговатым. Желтки протереть сквозь сито, прибавить мелко нарубленные белки, вареную ветчину и зелень петрушки, поджаренный на масле лук, а также намоченный в молоке белый хлеб, соль, немного молока, перца и сырое яйцо. Все это хорошо перемешать и полученным фаршем наполнить с верхом половинки яйца, придавая каждой половинке форму целого яйца.

На сковороду положить картофельное пюре, симметрично уложить на него фаршированные яйца, посыпать натертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в горячем духовом шкафу. Вместо ветчины для фарша можно взять мелко нарубленные, а затем поджаренные белые грибы, шампиньоны, жареное мясо, жареную телятину, курицу, дичь и др.

На 5 яиц — 25 г сыра, 50 г ветчины, 50 г хлеба белого, 1/2 луковицы, 2 ст. ложки молока в фарш, 1/2 стакана молока для пюре, 500 г картофеля и 2 ст. ложки масла.

### Яйца, фаршированные ветчиной

Крутые яйца разрезать вдоль на 2 части. Желтки вынуть. Ветчину вместе с сыром и желтками пропустить через мясорубку. Добавив сметану, соль и перец, массу тщательно растереть. Полученным фаршем наполнить половинки белка, придавая им форму целого яйца. Уложить их фаршем кверху на плоскую тарелку, украсить ломтиками помидора или маринованного сладкого перца, зеленью и залить майонезом.

На 1 яйцо — 25 г ветчины, 10 г сыра, 10 г сметаны, 30 г майонеза, соль, перец черный молотый, зелень.

## ЯИЧНИЦЫ

### Яичница-глазунья

На сковороде разогреть масло, выпустить яйца, стараясь не

разорвать оболочки желтков, посолить, подержать сковороду 1—2 минуты на плите, а затем поставить на 3—4 минуты в горячий духовой шкаф. Как только белок примет молочно-белый цвет, яичницу надо подать на той же сковороде или на подогретой тарелке.

Если нет духового шкафа, сковороду с яйцами во время жарения следует накрыть крышкой или тарелкой.

### Яичница-глазунья с гарниром

Для приготовления яичницы-глазуньи с каким-либо гарниром сначала надо поджарить на сковороде ломтики черного хлеба, сала, ветчины, сосисок, колбасы, шампиньонов или других свежих грибов, помидоров, кабачков и др. При этом шампиньоны и другие грибы нужно поджарить до готовности. Затем выпустить на поджаренный гарнир яйца, посолить их и поджарить яичницу так же, как это указано в предыдущем рецепте.

### Яичница с сельдью

Одну небольшую сельдь очистить от кожи и костей, разрезать на 8—10 кусочков, которые положить на горячую сковороду с маслом, выпустить 4—5 яиц и держать яичницу на огне несколько минут. При подаче на стол посыпать яичницу зеленью петрушки или мелко нарезанным зеленым луком.

### Яичница с картофельным пюре

Очищенный картофель (500 г) сварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, протереть сквозь сито, добавить немного масла, соли и вымешать, постепенно прибавляя горячее молоко (1/2 стакана). Пюре (средней густоты) выложить на сковороду, смазанную маслом, сровнять, посыпать тертым сыром или толчеными сухарями, сбрызнуть маслом и запечь в духовой шкафу до образования румяной корочки. Затем на поверхности запеченного картофеля ложкой сделать углубления по числу взятых яиц (5—6) и выпустить в каждое углубление целое сырое яйцо, после чего снова поставить сковороду на 2—3 минуты в горячий духовой шкаф. Яичницу подать на стол на сковороде.

### Яичница с луком

Очищенный, мелко нарезанный лук поджарить на сковороде с

маслом до румяного цвета, залить яйцами, посолить и жарить до готовности.

На 10 яиц — 1 луковицу, 2 ст. ложки масла сливочного, соль.

### Яичница с сухарями

Пшеничные сухари просеять, положить на сковороду с маслом, слегка поджарить, залить яйцами, посолить, поставить в духовой шкаф на 4—5 минут.

На 8 яиц — 1 ст. ложку сухарей, 1,5 ст. ложки масла сливочного, соль.

### Яичница гуцульская

Кукурузную муку развести сливками, смешанными со сметаной, добавить сырые яйца. Все хорошо размешать, вылить на сковороду с хорошо разогретым сливочным маслом и жарить.

На 4 яйца — по 1 стакану густых сливок и сметаны, 1/2 стакана муки, 1/2 ст. ложки масла и соль.

### Яичница молочная по-деревенски

Яйца размешать с холодным молоком. Смесь посолить и разлить в фарфоровые или стеклянные стаканы. Поставить их в кастрюлю, налить туда холодную воду до 3/4 высоты стаканов (дно кастрюли застелить тканью в несколько слоев). Воду нагреть до кипения. Варить на слабом огне в течение 25—30 минут, накрыв кастрюлю крышкой. Подать в горячем виде в тех же стаканах.

Яично-молочную смесь можно запечь в духовом шкафу, налив ее в глубокую сковороду или миску, смазанную маслом.

На 2 яйца — 180 г молока, соль.

### Яичница по-тирольски

На поджаренные в масле гренки положить готовую натуральную яичницу. Одну половину каждого яйца полить томатным соусом, другую — белым. Вокруг уложить веночком

кольца лука, жаренного во фритюре.

На 2 яйца — 25 г масла сливочного, 50 г хлеба, 25 г соуса белого и 25 г томатного, 30 г лука, соль.

### Яичница с петрушкой

Сваренную на водяной бане яичницу перемешать с гренками, нарезанными мелкими кубиками. Крупные листья петрушки обжарить во фритюре и уложить на яичницу в виде букета.

На 2 яйца — 30 г сливок или молока, 200 г хлеба, 5 г петрушки, соль.

### Яичница с баклажанами и помидорами

Из спелых помидоров средней величины вынуть мякоть. Помидоры слегка обжарить и проварить полчаса с маслом, толченым чесноком, солью, сахаром. Баклажаны нарезать тонкими ломтиками проварить в подсоленной воде и положить под пресс. Непосредственно перед подачей запанировать в муке и обжарить в топленом сале. Приготовить взбитую яичницу, выложить ее на глубокое блюдо. Посредине сделать углубление и вылить туда томатный соус. Вокруг уложить ломтики баклажанов.

На 1 яйцо — 20 г молока, 80 г помидоров, 8 г масла сливочного, 1/2 зубочка чеснока, 3 г сахара, 100 г баклажанов, 4 г сала топленого, соль.

## ОМЛЕТЫ

Омлет готовят как из одних яиц (натуральный), так и с добавлением мясных, рыбных и молочных продуктов, а также различных овощей, зелени, фруктов и ягод. Эти продукты смешивают с сырыми взбитыми яйцами или кладут как начинку и завертывают в середину омлета.

Отдельно в соуснике можно подать соответствующий начинке омлета соус: томатный, с красным вином, молочный, яично-масляный.

### Омлет натуральный

Вбитые в миску или в кастрюлю яйца посолить, влить

немного молока и взбить ложкой или вилкой. Полученную массу вылить на горячую сковороду с маслом и жарить на сильном огне, слегка встряхивая сковороду, чтобы яичная масса прогревалась равномерно. Как только яичница начнет густеть, гибким ножом завернуть ее края с двух сторон к середине, придавая таким образом яичнице форму продолговатого пирожка. Откинуть его швом вниз на тарелку или овальное блюдо, смазать кусочком сливочного масла и тотчас же подать на стол.

На 3 яйца — по 1 ст. ложке молока и масла.

**Омлет с сыром**

Мякоть белого хлеба намочить в молоке, размять, прибавить сырые яйца. Все это хорошо взбить ложкой, всыпать натертый сыр, посолить, перемешать, вылить на горячую сковороду с маслом и жарить, как натуральный омлет. Этот омлет можно вылить на горячую сковороду с маслом и запечь в духовом шкафу. Омлет будет очень пышным, если половину белков отделить, взбить в пену и перед запеканием смешать с приготовленной массой.

На 3 яйца — 50 г сыра, 50 г хлеба белого, 3 ст. ложки молока и 1 ст. ложку масла.

**Омлет с зеленым луком**

Яйца вбить в кастрюлю и слегка взбить. Мелко нарезанный зеленый лук смешать со взбитыми яйцами, посолить и жарить, как натуральный омлет.

На каждые 3 яйца — по 1 ст. ложке мелко нарезанного лука, масла растопленного и молока.

**Омлет со свежими кабачками, тыквой или свежими белыми грибами**

Овощи очистить, нарезать кубиками, а грибы — тонкими ломтиками, посолить и поджарить, а потом смешать со взбитыми яйцами. Эти омлеты хорошо полить горячим густым соусом из сметаны и посыпать рубленой зеленью петрушки или укропом.

**Омлет с яблоками**

Свежие, не очень кислые яблоки очистить от кожуры, вырезать сердцевину, нарезать тонкими ломтиками и слегка поджарить на сковороде с маслом. На поджаренные яблоки вылить взбитые яйца, перемешать и жарить, как натуральный омлет.

На 3 яйца — 100 г яблок и 1 ст. ложку масла.

### Омлет с картофелем

Очистить сырой картофель, нарезать его мелкими кубиками и поджарить на сковороде с маслом. Затем картофель залить взбитыми с молоком яйцами, перемешать и жарить, как натуральный омлет.

На 3 яйца — 100 г картофеля, по 1 ст. ложке молока и масла.

### Омлет с семгой

Семгу очистить от кожи и костей, нарезать мелкими кусочками, смешать со взбитыми с молоком яйцами и жарить, как натуральный омлет. При подаче на стол омлет можно полить яично-масляным соусом или растопленным сливочным маслом.

На 3 яйца — 50 г семги и 1 ст. ложку масла.

### Омлет с мясной начинкой

Яйца взбить с молоком и солью и жарить на сковороде со сливочным маслом. Ветчину, колбасу, вареные печень или говядину нарезать тонкими ломтиками, поджарить на масле, положить на омлет и загнуть его края.

На 4 яйца — 3—4 ст. ложки молока, 2 ст. ложки масла сливочного, 100 г колбасы или ветчины, или печени, или говядины, соль.

### Омлет с творогом

Сырые яйца, творог, молоко и муку перемешать до получения однородной массы, посолить, вылить на разогретую с маслом сковороду и запечь в духовом шкафу.

Подавать на стол горячим, сразу же после запекания.

На 10 яиц (5 порций) — 250 г творога, 1/2 стакана молока, 1 ст. ложку муки, 1—1,5 ст. ложки масла сливочного.

## Омлет по-украински

Яйца взбить. Картофель отварить в кожуре, очистить и нарезать кубиками. Ветчину мелко нарезать, соединить с картофелем и отварной фасолью. Смесь заправить разогретым маслом, солью, перцем и соединить с яйцами. Омлет обжарить с обеих сторон.

При подаче на стол посыпать тертым сыром.

На 1 яйцо — 75 г картофеля, 65 г ветчины нежирной, 25 г фасоли стручковой, 10 г масла сливочного, 10 г сыра, перец, соль.

## Драчена натуральная

Желтки, муку, соль и сметану соединить, затем постепенно развести молоком. Смесь размешать со взбитыми в пену белками и вылить на смазанную маслом сковороду. Запечь в духовом шкафу. (Драчена должна быть пышной и одинаково поджаренной сверху и снизу.)

Готовую драчену полить растопленным маслом и немедленно подать на стол в сковороде, так как она быстро оседает и черствеет.

На 2 яйца — 5 г муки, 15 г сметаны, 50 г молока, 15 г масла сливочного, соль.

## Драчена с творогом

Творог протереть сквозь сито и соединить с желтками, сметаной, сахаром, солью. Массу развести молоком и смешать со взбитыми в пену белками. Запечь и подать, как указано в предыдущем рецепте.

На 2 яйца — 40 г творога, 15 г сметаны, 5 г сахара, 50 г молока, 15 г масла сливочного, соль.

## Коржи яичные

Сало мелко нарезать и выжарить. Шкварки удалить, а в жире приготовить твердую яичницу из 6 яиц. Дважды пропустить ее через мясорубку вместе с замоченным в молоке и отжатым хлебом. Массу вымешать с солью, перцем, сырыми яйцами, рубленой зеленью и сухарями. Сформовать коржи и обжарить их в растительном масле.

На 4 яйца — 30 г сала копченого, 50 г хлеба, 50 г молока, 50 г масла, зелень петрушки, перец черный молотый и красный, 20 г сухарей, соль.

## Котлеты яичные

Из муки, масла и молока приготовить густой соус. Добавив в него рубленые яйца и сырые желтки, перемешать. Из массы сформовать котлеты, смочить их в белках, запанировать в сухарях, положить на сковороду с разогретым маслом и обжарить.

Подать на подогретой тарелке, посыпав зеленью. Отдельно подать сметану.

На 3 яйца сырых и 2,5 сваренных вкрутую — 12 г муки, 100 г молока, 13 г масла сливочного, 10 г сухарей, 30 г сметаны, соль.

## Тефтели яичные

Лук мелко нарезать и поджарить, 3 яйца взбить, как для омлета, посолить и вылить на лук. Яичницу довести до готовности, остудить и пропустить через мясорубку вместе с хлебом, замоченным в молоке, и картофелем (лучше отварным). Массу вымешать с сырым яйцом, мукой, рубленой зеленью, солью и перцем. Разделать тефтели, запанировать их в сухарях и обжарить.

Подать с зеленым салатом.

На 4 яйца — 40 г лука, 8 г жира свиного, 25 г хлеба, 30 г молока, 20 г картофеля, 10 г муки, соль, перец, 10 г сухарей, зелень.

## Крокеты яичные

Белки 2 крутых яиц изрубить, соединить с горячим густым молочным соусом, сырым желтком и остудить. Приготовить начинку: желтки изрубить, смешать с мелко нарезанной

нежирной ветчиной и заправить небольшим количеством молочного соуса с добавлением сырого желтка. Из белков сформовать шарики величиной с крупный грецкий орех, заложив внутрь начинку. Смочить их во взбитом яйце, запанировать в хлебной крошке и обжарить во фритюре.

Подать на блюде, покрытом салфеткой. Загарнировать жареной зеленью петрушки. Отдельно подать томатный соус.

На 4 яйца — 100 г соуса молочного, 30 г ветчины вареной, 20 г хлеба, 15 г сала, 75 г соуса томатного.

## Бабка из яиц

Яйца растереть с маслом. Добавив муку и соду, массу вымешать, развести сливками и перелить в форму, смазанную маслом (форма должна быть заполнена до половины высоты). Запекать в духовом шкафу. Когда масса поднимется до краев, форму вынуть, иначе бабка осядет. Тотчас же подать на стол, аккуратно выложив бабку из формы.

На 2 яйца — 10 г муки, 3 г соды питьевой, 50 г сливок, 12 г масла сливочного.

## Пудинг из фаршированных яиц

Яйца сварить вкрутую и разрезать пополам. Желтки вынуть и растереть с маслом, замоченным в молоке и отжатым хлебом, сырым яйцом, петрушкой, перцем, солью. Массой заполнить белки. Остатки ее выложить на дно сковороды, залить сметаной, сверху поместить фаршированные яйца. Пудинг запечь в духовом шкафу.

На 3 яйца — 15 г масла сливочного, 20 г хлеба, 20 г молока, 25 г сметаны, зелень петрушки, перец, соль.

## Запеканка яичная с грибами

Разрезанные на 4 части сваренные вкрутую яйца положить в сотейник вместе с вареными и поджаренными с луком грибами, заправить солью и перцем, залить молочной подливой и запечь в духовом шкафу. Для подливы муку поджарить на сливочном масле, влить, помешивая, молоко, посолить и довести до кипения.

На 8 яиц — 5 грибов сушеных, 2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки масла сливочного, 2 стакана молока, 1 луковицу, соль, перец.

### Суфле яичное

Яйцо сварить «в мешочек» и положить в смазанную маслом формочку. Приготовить соус: муку обжарить, развести горячим молоком, заправить солью, перцем и проварить на слабом огне до загустения, периодически помешивая. Готовый соус смешать со взбитыми белками и вылить в формочку. Посыпать тертым сыром и запечь в умеренно нагретом духовом шкафу.

На 1 яйцо — 4 г масла сливочного, 3 г муки, 83 г молока, 2 белка яичных, 3 г сыра, соль, перец.

### Безе яичное

Белки отделить от желтков (желтки оставить в скорлупках), взбить и посолить. Белковую пену набирать разливной ложкой и, положив посредине желток, выкладывать безе на подогретую с жиром сковороду. Жарить до готовности.

На 2 яйца — соль, 15 г сала топленого или масла растительного.

## БЛЮДА ИЗ ТВОРОГА

Для приготовления творожных блюд (сырников, вареников, пудингов, творожников и т. п.) нужно взять сухой отпрессованный творог или готовую сырковую массу (сладкую или соленую). Влажный творог следует положить под пресс. Для этого творог надо завернуть в вымытую в кипятке, отжатую и сложенную вдвое марлю или полотняную салфетку, сверток положить между двумя чистыми, ошпаренными кипятком, дощечками, сверху положить какой-либо груз и оставить так на 2—3 часа.

### Закуска творожная с овощами

В протертый вместе с крутыми желтками творог добавить мелко нарезанный зеленый лук, сметану и все хорошо размешать. Поверх уложенной на блюдо массы положить нарезанные кружочками редис, помидоры и мелко нарезанный зеленый лук.

На 500 г творога — 2 желтка яичных, 1/2 стакана сметаны, 2 помидора, 1 стебель лука зеленого, 5 редисок.

## Творог со свежей зеленью

Листики зеленого салата или молодого шпината перебрать, очистить от стебельков, промыть и положить на решето, чтобы вода стекла. Обсушить зелень чистым полотенцем и мелко нарезать. Творог посолить, посыпать сахаром, перемешать и пропустить через мясорубку или протереть сквозь сито. Творожную массу слегка перемешать с нарезанной зеленью и выложить горкой на круглое блюдо или на отдельные тарелочки. Сверху творожной горки сделать ложкой углубление и наполнить его холодной сметаной. Края блюда с творогом можно украсить листиками салата или зеленью петрушки.

Вместо салата творог можно смешать с мелко нарезанным укропом, рубленой зеленью петрушки или молодыми листиками редиски. Зелени при этом надо взять не более 50 г.

На 500 г творога — 1 стакан сметаны, 100 г салата зеленого или шпината, 2 ст. ложки сахара.

## Творог вареный

Творог выдержать под крышкой 3—4 дня в теплом месте, чтобы он покрылся плесенью. Затем пропустить через мясорубку, соединить со сметаной, солью, тмином и прогревать в кастрюле с растопленным маслом до тех пор, пока масса не станет однородной. Ввести взбитое яйцо, массу размешать и еще раз прогреть. Выложить в смоченную холодной водой или смазанную маслом форму и поставить на холод.

На 1 кг творога — 200 г сметаны, 75 г масла сливочного, 1 яйцо, соль, тмин.

## Творог жареный

Творог растереть, присолить и поставить в теплое место на 6—8 часов. Затем выложить на сковороду и расплавить на слабом огне, помешивая. Заправить тмином, солью и быстро перемешать с желтком, следя за тем, чтобы он не свернулся. Горячую массу слить в салатник. Употреблять как в горячем, так и в холодном

виде.

На 150 г творога — 1 желток яичный, тмин, соль.

## Иванов сыр

Молоко нагреть до 95°, добавляя порциями протертый творог. (Недостаточно кислый творог нужно вымешать с простоквашей.) Когда молоко свернется и отделится сыворотка, размешивание и нагревание прекратить. После того как молочный сгусток осядет на дно, сыворотку слить, горячую творожную массу выложить на влажную ткань и быстро раскатать, отжимая остатки сыворотки. Далее массу переложить в кастрюлю с растопленным маслом и, перемешивая, постепенно добавлять смесь яиц, сметаны, соли, тмина. Нагревать до образования однородной консистенции (при недолгом нагреве сыр получится рыхлым, при длительном — слишком твердым).

Готовый сыр поместить в смазанную маслом круглую посуду и поставить на холод. (Можно завернуть сыр во влажную салфетку, сформовать в виде круга и выдержать под прессом на холоде.) Остывший сыр нарезать ломтиками и подать со сливочным маслом, медом, вареньем.

На 1 кг творога — 5 л молока, 2 яйца, 50—100 г масла сливочного, соль, тмин.

## «Яйца» из творога

Творог протереть сквозь сито. Филе вымоченной сельди измельчить на мясорубке. Масло растереть. Продукты соединить и вымешать, добавив сметану. Чтобы масса была гуще, можно добавить тертый сыр. Ложкой сформовать изделия в виде яиц, обкатать в смеси тертого сыра и рубленой зелени и уложить на блюдо. Украсить зеленью петрушки, помидорами, огурцами. Залить сметаной с горчицей или соусом из хрена со сметаной, или майонезом. Вместо сельди можно использовать нежирную ветчину.

На 60 г творога — 25 г сельди или ветчины, 10 г сметаны, 15 г масла сливочного, 10 г сыра твердого или плавленого, зелень петрушки.

## Масса творожная сладкая

Размягченное сливочное масло разрезать на маленькие кусочки, сложить в кастрюлю и выбивать деревянной лопаточкой до тех пор, пока оно не побелеет и не сделается пышным. После этого положить сахар, ванилин, 1/4 чайной ложки соли. Все это хорошо перемешать и затем прибавлять небольшими частями протертый творог и сметану, каждый раз тщательно вымешивая.

Можно прибавить в сырковую массу 1 ст. ложку какао или шоколада в порошке или же 1 чайную ложку порошка корицы, а также мелко нарезанные цукат, изюм и орехи.

Готовую сырковую массу положить горкой на блюдо, выровнять ножом, сверху ее можно украсить свежими или замороженными ягодами, рубленым жареным миндалем, миндальным печеньем или очищенными от кожуры рублеными фисташками. До подачи на стол сырковую массу поставить в холодное место.

На 500 г творога — 3 ст. ложки сметаны, 1 стакан сахара, 1/2 порошка ванилина и 100 г масла сливочного.

## Масса творожная соленая

Протертый творог соединить со сметаной и солью. Массу выложить на блюдо и оформить маслом. Подать к отварному или запеченному картофелю или использовать для приготовления бутербродов. В массу можно добавить тмин либо рубленый зеленый лук, укроп, зелень петрушки, или нарезанный тонкой соломкой редис, или свежие огурцы.

На 100 г творога — 25 г сметаны, 25 г масла сливочного, соль.

## Масса творожная шоколадная

Творог протереть. Желтки растереть с сахаром, затем добавить какао-порошок или натертый шоколад, ванилин. Смесь развести горячим молоком или сливками, нагреть на водяной бане до 75—80° и охладить. Размягченное масло взбить в пышную массу, вводя небольшими порциями шоколадную смесь и творог. Выложить на тарелку и украсить взбитыми сливками.

Шоколадную массу можно приготовить также без молока и желтков, непосредственно добавив в готовую творожную массу какао-порошок.

На 100 г творога — 1 желток яичный, 15 г сахара, 5 г

какао, 2 г ванилина, 20 г молока или сливок, 15 г масла сливочного.

## Слоенка творожная

Протертый творог вымешать с частью сахара и взбитыми сливками. Черствый хлеб измельчить на терке и смешать с оставшимся сахаром и корицей. Ломтики яблок отварить в сахарном сиропе. Подготовленные продукты уложить слоями на десертное блюдо (верхний слой — хлеб). Украсить взбитыми сливками и ломтиками яблок.

К слоенке можно подать сладкое молоко.

На 80 г творога — 25 г сахара, 50 г сливок, 50 г хлеба, 100 г яблок, корицу.

## Творожники вареные

Отжатый и протертый сквозь сито или пропущенный через мясорубку творог соединить с яйцами, сахаром, солью, мукой и все хорошо размешать. Подготовленную массу выложить в подсоленную воду и варить 5—7 минут до готовности.

При подаче на стол полить растопленным сливочным маслом. Отдельно подать сметану.

На 500 г творога — 2—3 яйца, 3—4 ст. ложки муки, 1 ст. ложку масла сливочного, 1/3 стакана сметаны, сахар, соль.

## Шарики творожные

Творог соединить с яйцами, сметаной, сахаром, пшеничной и картофельной мукой. Разделать круглые шарики, опустить их в кипящую воду и варить. Всплывшие шарики вынуть шумовкой, выложить на блюдо и полить растопленным маслом. Подать со сметаной.

На 150 г творога — 1 яйцо, 10 г сметаны, 15 г муки пшеничной и 5 г картофельной, 5 г масла сливочного, соль, сахар.

## Клецки из брынзы

Свежую, не очень соленую брынзу протереть сквозь сито, сложить в миску, в которую влить молоко, всыпать 2 стакана муки, положить 1 ст. ложку растопленного масла, сырое яйцо и все это перемешать. Полученное тесто вымесить до гладкости, прикрыть влажной салфеткой и в таком виде оставить на час. Добавляя муку, раскатать тесто слоем приблизительно в 1/2 см, разрезать на полоски шириной 2 см, нарезать их на маленькие кусочки и опустить в подсоленный кипяток.

Клецки надо варить до тех пор, пока они не всплывут на поверхность. После этого выложить их шумовкой на решето и дать стечь воде. Сваренные клецки обжарить на сковороде с маслом. На стол подавать горячими со сметаной или маслом.

На 1 стакан муки пшеничной — 100 г брынзы, 1 яйцо, 1/3 стакана молока, 1/2 стакана сметаны, 2 ст. ложки масла.

## Творожники, или сырники

Творог пропустить через мясорубку или протереть сквозь сито, сложить в глубокое блюдо или в кастрюлю, всыпать туда же стакана просеянной муки, сахар, соль, ванилин, добавить сырое яйцо. Все это хорошо перемешать, выложить на посыпанный мукой стол, скатать творожную массу в форме толстой колбаски и разрезать ее поперек на 10 равных по величине лепешек. Каждую лепешку обвалять в муке, положить на разогретую с маслом сковороду и обжарить с обеих сторон до образования румяной корочки. Готовые творожники уложить на блюдо. Можно посыпать их сахарной пудрой и подать горячими со сметаной или фруктовым сиропом.

На 500 г творога — 1/2 стакана сметаны, 1 яйцо, по 2 ст. ложки масла и сахара, 1/2 стакана муки, 1/4 порошка ванилина.

## Сырники с морковью

Морковь промыть, очистить от кожицы, нарезать тонкими ломтиками, сложить в кастрюлю, подлить 1/2 стакана воды, прибавить 1/2 ст. ложки масла. Затем, закрыв кастрюлю крышкой, поставить морковь на огонь и тушить, наблюдая, чтобы она не подгорела. Если вода вся выкипит, а морковь будет еще твердой, надо добавить 1—2 ст. ложки воды, так чтобы к моменту готовности моркови вся вода выкипела.

Готовую морковь протереть сквозь сито, смешать с протертым творогом, прибавить 1/2 стакана муки или манной крупы, сырое яйцо, сахар, соль и все это перемешать. Разделывать и готовить сырники так же, как указано в предыдущем рецепте.

На 300 г творога — 500 г моркови, 2 ст. ложки сахара, 1/2 стакана муки, 1 яйцо и 2 ст. ложки масла.

## Крокеты сырные

Взбить яичные белки. Натереть сыр и высыпать во взбитые белки. Из полученной массы сделать небольшие шарики и поставить их на холод, чтобы застыли. Истолочь и просеять белые сухари. Желток слегка разбить вилкой и прибавить к нему 1 ст. ложку воды. Застывшие шарики обвалять в толченых сухарях, затем во взбитом яйце, еще раз в сухарях и жарить в течение 1—2 минут.

Подавать на стол со сметаной и гарниром из стручковой фасоли.

На 200 г сыра плавленого — 2 белка яичных, 1 желток яичный, 2—3 ст ложки сухарей, 1 стакан сметаны, жир (для жарения).

## Палянички из творога

Желтки, растертые с сахаром и частью сливочного масла, соединить с растертым творогом, солью, ванилином. Растирать все вместе еще 8—10 минут, смешать с мукой и взбитыми белками. Осторожно перемешать, разделать палянички (небольшие плоские коржики), обвалять их в муке и жарить с обеих сторон на сливочном масле или маргарине.

Подать на стол со сметаной.

На 600 г творога — 3—4 ст. ложки муки, 2 яйца, 1,5 ст. ложки сахара, 2—3 ст. ложки масла сливочного или маргарина, 1/2 стакана сметаны, соль, ванилин.

## Палочки творожные

Из сливочного масла, муки и отжатого творога замесить тесто. Охладив его, раскатать тонкий пласт, нарезать на четырехгранные палочки длиной 10 см и обжарить в топленом масле. Вынуть шумовкой и сразу же посыпать смесью сахарной

пудры и корицы.

На 50 г творога — 30 г масла сливочного, 85 г муки, 15 г масла топленого, 8 г пудры сахарной, корицы.

## Пончики из творога

Протертый творог вымешать с сахаром, яйцами, мукой, тертой цедрой, ванилином и содой. Поставить в теплое место. Через 10—15 минут разделать толстые пончики (по 45 г), обжарить их во фритюре и посыпать сахарной пудрой.

На 125 г творога жирного — 40 г сахара, 1/2 яйца, 30 г муки, цедру лимонную, соду питьевую, ванилин, 25 г масла топленого, 1 г пудры сахарной.

## Булочки из картофеля с творогом

Сырой картофель измельчить на терке, слегка отжать, соединить с творогом, яйцами, сливками, солью и вымешать. Сформовать круглые булочки. Уложить их на противень, смазанный маслом, и выпечь.

Подавать горячими, полив сметаной.

На 80 г творога — 85 г картофеля, 1 яйцо, 15 г сливок, 10 г масла сливочного, соль.

## Оладьи из творога и свеклы

Творог хорошо растереть с добавлением молока, яиц, сахара и соли, смешать с очищенной, мелко натертой вареной свеклой, мукой, нарезанными мелкими кусочками яблоками и жарить на сливочном или растительном масле небольшие оладьи.

Подавать на стол со сметаной.

На 350 г творога — 200 г свеклы, 4—5 ст. ложек муки, 100 г яблок, стакана молока, 2—3 яйца, 1/2 ст. ложки сахара, соль, 3/4 стакана сметаны, 3 ст. ложки масла сливочного или растительного.

## Оладьи из творога и вермишели

Творог протереть, добавить сахар, яйца и смешать с

отваренной вермишелью. Подготовленную массу ложкой положить на сковороду с хорошо разогретым сливочным маслом и жарить до готовности.

Подавать на стол со сметаной.

На 300 г творога — 600 г вермишели, 2 ст. ложки масла сливочного, 1 ст. ложку сахара, 2 яйца, соль, 1/2 стакана сметаны.

## Бабки творожные, запеченные в сметане

Творог отжать, протереть и вымешать с яйцами, мукой, сахаром, солью. Выложить тесто на доску, посыпанную мукой, скатать несколько нетолстых жгутов. Раскатать их на полоски толщиной 0,5 см и нарезать на кусочки. Опустить в кипящую подсоленную воду 2—3 кусочка для пробы: если они расплываются, в тесто нужно добавить немного муки. Всплывшие бабки вынуть шумовкой, выложить на сковороду, залить сметаной и запечь в умеренно нагретом духовом шкафу.

На 120 г творога — 1/4 яйца, 20 г муки, 50 г сметаны, 20 г сахара, соль.

## Бабка из творога

Протертый творог смешать с растертыми с сахаром желтками, ванилином, молотыми белыми сухарями и взбитыми белками яиц, хорошо перемешать, положить в форму, смазанную сливочным маслом, и запечь в духовом шкафу.

Подать на стол со сметаной.

На 500 г творога — 4 яйца, 1/2 стакана сахара, 3 ст. ложки сухарей молотых, соль, ванилин, 1/2 стакана сметаны.

## Бабка творожно-яблочная

Творог хорошо отжать, протереть, посолить, смешать с очищенными натертыми яблоками, молотыми сухарями, заправить растертыми с сахаром желтками и взбитыми белками. Подготовленную массу положить в форму, смазанную маслом и посыпанную сухарями, разровнять верх, поставить в кастрюлю с горячей водой и варить в течении 30—40 минут.

Подавать на стол с ягодным сиропом.

На 500 г творога — 500 г яблок, 1/2 стакана сахара, 4 ст. ложки сухарей молотых, 2 яйца, 1 ст. ложку масла сливочного, соль, 1/2 стакана сиропа ягодного.

## Бабка творожно-морковная

Творог отжать, протереть сквозь сито, смешать с сырыми желтками, сахаром, молотыми сухарями, пропущенной через мясорубку и протушенной со сливочным маслом морковью, добавить взбитые белки, хорошо перемешать. Подготовленную массу положить в форму, смазанную маслом и посыпанную молотыми сухарями, поставить форму в кастрюлю с горячей водой и варить 40—45 минут до полной готовности.

Подавать на стол с ягодным сиропом.

На 500 г творога — 5 морковин, 2 яйца, 1/2 стакана сахара, 4 ст. ложки сухарей молотых, 1/2 ст. ложки масла сливочного, соль, 1/2 стакана сиропа ягодного.

## Бабка из творога и риса

Протертый сквозь дуршлаг или сито творог хорошо перемешать с растертыми с сахаром желтками, 1/2 ст. ложки сливочного масла, промытым изюмом, солью, отварным рисом. В подготовленную массу положить взбитые белки, осторожно перемешать, уложить в сотеиник, смазанный маслом, и запечь в духовом шкафу в течение часа.

Подать на стол со сметаной.

На 200 г творога — 1 стакан риса, 1 ст. ложку масла сливочного, 2 яйца, по 1 ст. ложке изюма и сахара, 2,5 стакана воды для отваривания риса, соль, 1/2 стакана сметаны.

## Запеканка творожная

В пропущенный через мясорубку творог положить 2 ст. ложки растопленного масла, взбитое с сахаром яйцо, манную крупу, 1/2 чайной ложки соли, ванилин. Все это тщательно перемешать деревянной лопаточкой, добавив очищенный и промытый изюм. После этого творожную массу выложить на смазанную маслом и посыпанную толчеными сухарями сковороду или в неглубокую кастрюлю, сровнять поверхность, смазать сметаной, сбрызнуть

маслом и запекать в горячем духовом шкафу в течение 25—30 минут.

На стол запеканку подать горячей с сиропом или со сметаной.

На 500 г творога — 1 яйцо, по 3 ст. ложки сметаны и сахара, 2 ст. ложки крупы манной, 100 г изюма, 1/4 порошка ванилина, 1 стакан сиропа ягодного или фруктового и 3 ст. ложки масла.

## Запеканка из свеклы с творогом

Печеную или вареную свеклу очистить и пропустить через мясорубку вместе с творогом, добавить манную крупу, сырое яйцо, соль, сахар, сметану. Все размешать. Сковороду или форму посыпать панировочными сухарями, выложить массу толщиной 4—5 см, смазать маслом и посыпать сверху сухарями. Запекать в духовом шкафу.

Подать со сметаной.

На 250 г творога — 4 свеклы средней величины, 2—4 ст. ложки крупы манной, 1 яйцо, сахар, сметану, соль.

## Запеканка из творога и картофеля

Картофель очистить, натереть на терке, отжать, соединить с протертым творогом, яйцами и солью, хорошо перемешать, уложить в форму, смазанную разогретым сливочным маслом, и запечь в духовом шкафу.

При подаче на стол полить сливочным маслом и сметаной.

На 150 г творога — 500 г картофеля, по 3 ст. ложки масла сливочного и сметаны, 3 яйца, соль.

## Пудинг творожный с изюмом

В протертый творог положить желтки, растертые с сахаром, размягченное масло, соль, ванилин, муку и промытый в теплой воде изюм. Затем добавить взбитые в густую пену белки. Массу вымешать и выложить в форму, смазанную маслом и посыпанную сухарями. Поверхность разровнять и смазать смесью яйца со сметаной. Пудинг запечь в духовом шкафу, 5—10 минут выдержать в форме, а затем выложить.

Подать горячим, полить сладким соусом или сметаной.

На 150 г творога — 1/4 яйца, 15 г сахара, 5 г масла сливочного, 15 г муки или крупы манной, 20 г изюма, 5 г сухарей молотых, 5 г сметаны, 75 г соуса молочного или фруктового сладкого, ванилин, соль.

## Пудинг творожный с орехами

Толченые сухари просеять сквозь решето. Орехи (или миндаль, ошпаренный кипятком и очищенный от кожуры) мелко нарубить, поджарить в духовом шкафу до светло-коричневого цвета и растереть в ступке с 2 ст. ложками сахара. Изюм очистить от веточек и промыть в теплой воде. В протертый сквозь сито творог прибавить сахар, 3 ст. ложки растопленного масла, яичные желтки, 1/2 чайной ложки соли, лимонную цедру и тщательно выбить деревянной лопаточкой. Затем смешать творожную массу с толчеными сухарями, орехами, изюмом и после этого примешать взбитые в густую пену яичные белки.

Форму для пудинга смазать внутри сливочным маслом, посыпать сахарным песком и наполнить творожной массой. Форму заполнить на 3/4, закрыть крышкой и поместить в большую кастрюлю с водой (вода должна доходить лишь до 1/2 высоты формы). На дно кастрюли положить толстую бумагу или сложенную вдвое марлю. Кастрюлю накрыть крышкой и варить пудинг примерно час, подливая понемногу воду по мере того, как она будет выкипать. Равномерная упругость поднявшейся и слегка отставшей от краев творожной массы является признаком готовности пудинга.

Готовый пудинг выложить из формы на блюдо и подать горячим, с фруктовым сиропом или со сметаной.

На 500 г творога — 5 яиц, 1/2 стакана сахара, 4 ст. ложки сухарей, 100 г изюма, 50 г орехов или миндаля, цедру лимонную или апельсиновую и 3 ст. ложки масла сливочного.

## Пирог воздушный творожный с фруктами

Творог растереть с желтками и сахаром, затем добавить натертую цедру, смешанную с крупой и сухарями. Фрукты нарезать небольшими кружочками, соединить со взбитым белком и ввести в творожную массу. Выложить ее в смазанную маслом форму и выпечь в духовом шкафу.

На 140 г творога жирного — 1 яйцо, 45 г сахара,

цедру лимонную, 35 г крупы манной, 6 г сухарей панировочных, 150 г фруктов (абрикосов, персиков), 10 г масла сливочного.

## Пудинг творожный с цукатом

Творог протереть сквозь сито, положить в него яичные желтки, сахар, 1/4 чайной ложки соли, цедру с апельсина, манную крупу и влить растопленное масло. Всю эту массу выбить деревянной лопаточкой. Затем примешать очищенный и промытый изюм, цукат, нарезанный мелкими кубиками, и взбитые в густую пену яичные белки. Творожную массу переложить в форму, смазанную внутри маслом и посыпанную сахаром, и варить на пару или испечь в духовом шкафу (в последнем случае форму посыпать не сахаром, а толчеными сухарями).

На стол пудинг подать горячим, с фруктовым сиропом или с вареньем.

На 500 г творога — 4 яйца, 1/2 стакана сахара, 2 ст. ложки крупы манной, 100 г цуката, 50 г изюма, цедру апельсина и 3 ст. ложки масла сливочного.

# ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА

## ДРОЖЖЕВОЕ ТЕСТО

Дрожжевое, или, как его иначе называют, кислое тесто используют для выпечки разнообразных изделий: пирожков, пирогов, кулебяк, булочек, ватрушек, пончиков и т. п.

Дрожжи, положенные при замесе теста, сбраживают содержащиеся в муке сахаристые вещества, разлагая их на углекислый газ и спирт. Углекислый газ, образующийся в тесте виде пузырьков, поднимает тесто и разрыхляет его. Для приготовления теста расходуется дрожжей от 20 до 50 г на каждый 1 кг муки. Чем больше положено в тесто сдобы (масла, яиц, сахара), тем больше надо брать и дрожжей, которые должны быть свежими, мягкими, с приятным спиртным запахом.

При замесе теста дрожжи разводят теплой водой или теплым молоком. Наиболее благоприятная температура для их развития 25—30°. Холодная вода или холодное молоко сильно замедляют жизнедеятельность дрожжей и, следовательно, препятствуют нормальному брожению и подъему теста. В свою очередь слишком горячая вода или горячее молоко могут совершенно прекратить жизнедеятельность дрожжей.

Посуду с тестом после замеса надо покрыть чистым полотенцем или салфеткой и поставить для брожения в теплое место. Подошедшее тесто рекомендуется обминать, после чего снова дать ему подойти. Из теста, когда его обминают, удаляется часть углекислого газа, взамен которого поступает воздух. Это усиливает брожение, обеспечивая лучшее разрыхление и подъем.

Перед тем как замесить тесто, муку необходимо просеять для удаления комочков и случайных примесей, а также для введения в нее воздуха. Жир в тесто можно класть различный: сливочное или топленое масло, маргарин, смалец, растительное масло.

Тесто можно приготовить безопарным или опарным способом. Опарный способ рекомендуется применять, если в тесто кладется много сдобы.

При *безопарном способе* тесто замешивается сразу, в один прием, после чего ему дают подойти, а затем обминают и дают подойти еще раз.

При *опарном способе* сначала приготовляется опара, т. е. жидкое тесто, для чего вливают всю полагающуюся по норме воду (или молоко), растворяют в ней дрожжи и всыпают половину муки. Подготовленную опару оставляют в теплом месте на 45—60

минут. За это время опара подходит и объем ее увеличивается в 1,5—2 раза. Когда брожение опары закончится и она начнет понемногу опускаться, в нее добавляют сдобу, соль, хорошо размешивают, всыпают остальную муку и замешивают тесто, которое должно быть вымешено до гладкости, не прилипать в рукам и легко отставать от стенок посуды. После вымешивания тесто ставится для брожения в теплое место на 1,5—2 часа. Окончание брожения узнается так же, как и у опары, т. е. по начинающемуся оседанию теста.

Ни опаре, ни тесту не следует давать перестаиваться, так как это вызовет ухудшение качества теста. При перестаивании в нем размножаются молочнокислые бактерии,которые превращают сахаристые вещества в молочную кислоту, отчего тесто и выпеченные из него изделия приобретают кисловатый привкус. Поэтому совершенно излишне ставить тесто с вечера. Для подъема теста вполне достаточно 2,5—3 часов.

Необходимо также соблюдать количественное соотношение входящих в тесто компонентов: муки, сдобы и жидкости. При уменьшении или увеличении нормы основного продукта — муки — нужно пропорционально уменьшить или увеличить количество добавляемой жидкости (воды или молока), дрожжей и сдобы. Продукты, расходуемые для приготовления теста, следует точно отмеривать и отвешивать.

Для приготовления теста на 1 кг муки обычно берется 30—40 г дрожжей, 2 стакана воды или молока, 2—4 ст. ложки жира, 2—3 яйца, 1 ст. ложка сахара и 1 чайная ложка соли.

## ПРЕСНОЕ (БЕЗДРОЖЖЕВОЕ) ТЕСТО

Пресное (без дрожжевое) тесто готовят преимущественно на сметане, при этом на 500 г берут 1 стакан сметаны, 2 ст. ложки масла или маргарина, 2 яйца, 1 ст. ложку сахара и 1/2 чайной ложки соли. Если тесто готовят без сметаны, то на 500 г муки берут 200 г масла или маргарина, 1 ст. ложку сахара, 2 ст. ложки водки или коньяка, 1/2 чайной ложки соли.

Теста, полученного из этого количества продуктов, достаточно для выпечки 20—25 пирожков или ватрушек.

## СЛОЕНОЕ ТЕСТО

Просеять муку, половину ее отделить, смешать на доске с маслом и, раскатав в виде квадрата толщиной 1,5—2 см, положить на тарелку и поставить в холодное место. В оставшуюся муку влить 1/2 стакана воды, отжать лимонный сок (или

разведенную лимонную кислоту) и, добавив соль, замесить тесто. Скатать его в шар, накрыть полотенцем и дать полежать 20—30 минут. Затем тесто раскатать так, чтобы получился слой вдвое шире и немного длиннее куска теста с маслом, положенного на тарелку.

Приготовленное тесто с маслом положить на середину раскатанного, завернуть и защипать края. Таким образом, тесто из муки с маслом окажется в «конверте» . Посыпав стол мукой, раскатать тесто («конверт») ровной полосой шириной 20—25 см и толщиной приблизительно 1 см. Тесто аккуратно сложить вчетверо, поместить на противень и на 30—40 минут поставить в холодное место.

Охлажденное тесто опять раскатать, снова таким же образом сложить вчетверо и вновь выдержать в холодном месте. Ту же операцию повторить в третий раз. После этого раскатать тесто и разделывать из него пироги, пирожки и пр. Обрезки теста, остающиеся при разделке, смять в комок, но не месить, а, подержав немного в холодном месте, раскатать и делать пирожки, корзиночки и т. д.

На 500 г муки — 400 г масла сливочного, 1/2 лимона, 1/2 стакана воды, 1 чайную ложку соли.

## СЛОЕНОЕ ТЕСТО БЫСТРОГО ПРИГОТОВЛЕНИЯ

На пирожковую доску просеять муку, положить в нее охлажденное масло, предварительно нарезанное маленькими кусочками, и мелко изрубить ножом. После этого сделать в муке, смешанной с маслом, углубление, в которое влить подсоленную воду, добавить яйцо, лимонный сок или уксус и замесить тесто. Из теста скатать шар, накрыть его салфеткой и поставить на 30—40 минут в прохладное место, после чего раскатать и использовать для выпечки ватрушек, пирожков, печенья.

На 500 г муки — 300 г масла сливочного или маргарина, 1 яйцо, 4/5 стакана воды, 1/2 чайной ложки соли, 1 чайную ложку сока лимонного или уксуса.

## ПЕСОЧНОЕ ТЕСТО

Это тесто готовят из муки с малым содержанием клейковины, иначе готовые изделия получаются жесткими и грубыми. Чтобы ослабить клейковину в муке, можно увеличить количество сахара в рецептуре и уменьшить продолжительность замеса. Замена

некоторого количества яиц желтками также способствует тому, чтобы изделия вышли рассыпчатыми и нежными. Температура теста должна быть не выше 20°: при более высокой температуре масло может отделиться от остальных компонентов, в результате чего тесто становится менее пластичным. Чтобы восстановить пластичность песочного теста, его нужно охладить и перемесить, добавив охлажденные желтки.

Муку смешать с питьевой содой или порошком для печенья, просеять на доску, собрать холмиком и сделать в нем углубление. Масло и сахара растереть до исчезновения комков, постепенно добавляя яичные желтки и соль. Полученную хорошо вымешанную массу смешать с мукой ножом и месить до получения однородного теста. Далее тесто сформовать в виде прямоугольного куска, положить на посыпанную мукой доску и раскатать от середины во все стороны.

## БИСКВИТНОЕ ТЕСТО

Готовят бисквитное тесто из муки высших сортов с небольшим содержанием клейковины. Добавление картофельного крахмала делает изделия рассыпчатыми. Бисквитное тесто можно приготовить двумя способами — холодным и с подогревом. В первом случае изделия выходят более воздушными, во втором — более рассыпчатыми.

Для приготовления теста холодным способом белки нужно аккуратно отделить от желтков и поставить на холод. Желтки растирать с сахаром (3/4 нормы) до тех пор, пока крупинки не исчезнут и масса не увеличится в объеме в 2—3 раза. Белки взбить на холоде. Когда их объем увеличится в 4—5 раз и появятся признаки творожения, добавить оставшийся сахар. Хорошо взбитые белки должны держаться на венчике. Растертые желтки смешать с 1/3 частью взбитых белков. Слегка перемешав, ввести муку с картофельным крахмалом, а затем оставшиеся белки. Массу перемешать до однородности.

Тесто вылить в форму, смазанную маслом и слегка посыпанную мукой или выстланную бумагой. Форму нужно заполнять на 2/3 высоты. Тесто для пирожных выливают на противень с бортиками.

Выпекают бисквит 30—40 минут при температуре 200—220°, причем сначала в течение 10—15 минут форму нельзя переставлять с одного места на другое, так как тесто может осесть. Выпеченный бисквит вынуть из формы только после остывания.

Для приготовления бисквитного теста с подогревом яйца

нужно вылить в кастрюлю, засыпать сахаром и взбивать на водяной бане. Когда смесь нагреется до 40—50°, кастрюлю снять и продолжить взбивание, пока масса не остынет до 20°. При этом объем ее должен увеличиться в 2—3 раза. Далее всыпать просеянную муку и массу слегка перемешать в течение 15—20 секунд. Далее с тестом поступать, как описано выше.

Бисквит с маслом готовят по общему правилу. Сливочное или топленое масло следует нагреть до кипения (но не кипятить) и влить после того, как яичная масса перемешана с мукой. Масло взять из расчета 50—100 г на 3 яйца. Месить тесто с маслом нужно быстро, снизу вверх, иначе оно начнет оседать на дне посуды.

На 300 г муки — 15 яиц, 370 г сахара, 75 г крахмала.

## ЗАВАРНОЕ ТЕСТО

В молоко или воду положить соль и масло. Размешав, поставить на огонь. В кипящую жидкость постепенно всыпать просеянную муку. Смесь прогреть на слабом огне до исчезновения комочков, быстро перемешивая деревянной лопаточкой. Заваренную массу снять с огня и охладить до 70—80°. Постепенно ввести яйца, все время перемешивая массу. Готовое тесто в конце замеса должно быть вязким, однородным, без комочков. Выпекать 30—35 минут при температуре 200—220°.

На 160 г муки — 80 г масла сливочного или маргарина, 6 яиц, 2 г соли, 140 г молока или воды.

## ПИРОГИ, ПИРОЖКИ, ВАТРУШКИ, КАЛАЧИ, КУЛЕБЯКИ

### Пирог печеный

Пирог можно делать, как и пирожки, с любой начинкой из мяса, ливера, рыбы с рисом, вязиги, капусты, риса с яйцом, каши, грибов.

Приготовленное дрожжевое тесто (опарное или безопарное) разделить на 2 равных куска, каждый из них раскатать в ровный пласт толщиной приблизительно 0,75 см. Один пласт положить на пирожковый лист или противень, смазанный маслом, разложить на тесте ровным слоем начинку, накрыть его другим пластом теста и защипать; если окажется лишнее тесто, то его срезать с краев, придав пирогу правильную прямоугольную форму. Тесто можно раскатать и одним пластом, в этом случае

после раскатки слегка посыпать тесто мукой, сложить вдвое и поместить на противень.

Пирог можно украсить разными фигурками из теста. Для этого оставшееся тесто тонко раскатать, вырезать из него ножом или выемкой ромбики, звездочки, кружочки, которые смазать взбитым яйцом с нижней стороны и красиво уложить на пирог. После этого дать пирогу подняться в теплом месте, смазать взбитым яйцом, сверху в двух-трех местах сделать проколы ножом для выхода пара во время выпечки и поставить в жаркий духовой шкаф на 25—30 минут.

Подавать пирог лучше всего горячим, разрезав вдоль на 2—3 части (смотря по величине пирога) и поперек кусками шириной 4—5 см. К пирогу можно подать сливочное масло, а к пирогу с рыбным фаршем — икру. Если пирог не подают в горячем виде, то его надо переложить на чистую бумагу и накрыть полотенцем, чтобы он остывал постепенно, сохраняя мягкую нежную корочку.

## Пирог с рыбой

На теплом молоке замесить дрожжевое тесто и поставить его в теплое место для брожения. Когда тесто увеличится в объеме в 2 раза, его вымешать на столе, посыпанном мукой. Готовое тесто поделить пополам, раскатать 2 пласта толщиной 1 см. Один пласт навернуть на скалку и перенести на противень, смазанный маслом. На пласт теста положить тонкий слой начинки из риса, а сверху разместить небольшими кусочками сырую, заранее приготовленную подсоленную рыбу поверх — мелконарубленный лук и лавровый лист, слегка посыпать перцем и сбрызнуть маслом. Наложить второй пласт теста, края защипать и дать пирогу подойти 4—5 минут. Верх пирога смазать маслом и посыпать мелко толченными сухарями. Верхнюю корочку пирога проколоть ножом для выхода пара. Выпекать при температуре 210—220° в течение 50—60 минут.

Готовый пирог с листа переложить на стол, застланный в несколько рядов бумагой, и накрыть влажной салфеткой.

На 7 стаканов муки — 2 стакана молока, 4 ст. ложки масла сливочного, 2 яйца, 1 ст. ложку сахара, 1/2 чайной ложки соли, 50 г дрожжей.

## Пирог с ветчиной

Из муки, дрожжей, десертной ложки смальца и молока, разбавленного водой, приготовить дрожжевое тесто и поставить

для увеличения в объеме в 2 раза. Затем уложить его на противень, смазанный смальцем. Яичный желток смешать со сметаной и полить этой смесью поверхность теста, а сверху уложить копченое сало, нарезанное очень мелкими кубиками, и молотую ветчину. Пирог выпекать при средней температуре, еще теплым разрезать и подавать на стол.

На 350 г муки — 10 г дрожжей, смалец, молоко, 200 г ветчины молотой, 1 яйцо, 100 г сметаны, 10 г сала копченого.

## Пирог с капустой

Для большого пирога готовое дрожжевое тесто поделить на 2 куска. Из одного раскатать пласт толщиной примерно 1 см. Затем его навернуть на скалку и перенести на хорошо смазанный лист или противень. На разложенное тесто равномерным слоем положить начинку. Раскатанный второй пласт теста положить на начинку и края защипать.

Подготовленный пирог поставить в теплое место на 10—15 минут, затем смазать его маслом или яйцом. Если поверхность пирога смазывается маслом, то его надо посыпать толчеными сухарями. После смазки на пироге сделать . проколы ножом в нескольких местах для того, чтобы не образовалось вздутий верхней корки во время выпечки. Выпекать при температуре 210—220° в течение 25—30 минут.

Готовый пирог переложить на стол, застланный бумагой, и накрыть салфеткой. Если корочка получилась жесткой, пирог нужно накрыть влажной салфеткой.

На 7 стаканов муки — 2 стакана молока, 4 ст. ложки жира, 1 ст. ложку сахара, 2 яйца, 1 чайную ложку соли, 40 г дрожжей

## Пирог творожный с укропом

Пресное тесто раскатать пластом толщиной в 1 см, уложить на небольшой противень, смазанный маслом. Творог растереть, добавить сливочное масло, 2 яичных белка, взбитых в пену, немного соли и мелко нарезанного укропа. Начинку положить на тесто и смазать яичным желтком, перемешанным со сметаной. Дать тесту подойти и выпекать при средней температуре до тех пор, пока поверхность пирога не станет коричневой.

Нарезать квадратиками или кирпичиками.

На 400 г муки — 500 г творога, 3 яйца, 300 г масла сливочного, сметану, укроп, соль.

## Пирог сладкий

Сладкий пирог делают с начинкой из повидла, джема, варенья или яблок. Готовое дрожжевое тесто раскатать слоем примерно 0,5 см, поместить на приготовленный противень, лист или круглую сковороду, обрезать лишнее тесто, положить начинку и загнуть края на 1,5—2 см. Из остатков теста нарезать узкие полосы и сделать поверх начинки решетку. Полоску теста прикрепить к краям пирога яйцом.

Затем поставить пирог в теплое место, чтобы он поднялся. Когда пирог поднимется, смазать верх взбитым яйцом и поставить в жаркий духовой шкаф на 20—30 минут.

Готовый пирог осторожно снять с противня, положить на бумагу, обсыпать сверху сахарной пудрой, смешанной с ванилином, нарезать, уложить на блюдо и подать.

К сладкому пирогу можно подать молоко или фруктовый сок.

Такой пирог можно приготовить с начинкой из свежих ягод — клубники, земляники, малины, черники и др.

## Пирог «Жербо»

Замесить дрожжевое тесто средней густоты и разделить на 3 части. Каждую часть раскатать скалкой в пласт по размеру противня и посыпать мукой. Один из пластов уложить на противень, смазать повидлом, посыпать смесью сахара и ореха, покрыть вторым пластом и т. д. Тесто с начинкой поставить для подъема на 30 минут, затем выпекать.

Остывший пирог покрыть шоколадной помадкой, поставить в холодное место и через некоторое время нарезать маленькими кусочками.

На 400 г муки — 200 г маргарина, 10 г разведенных в молоке дрожжей, 1/2 пачки порошка для печенья, 1 ст. ложку сахара ванильного, 1 яйцо, 150 г молотого ядра ореха грецкого, 150 г сахара, повидло абрикосовое, шоколад.

## Пирог «Будайская крепость»

20 г дрожжей, 100 г муки, немного теплого молока и щепотку

соли смешать и поставить для брожения. Растереть в пену 200 г сливочного масла и 60 г сахара, добавить поочередно 3 яичных желтка и вместе с опарой, 200 г муки и щепоткой соли хорошо вымешать деревянной ложкой до получения о однородной массы. Противень смазать маслом, наполнить массой и выпекать в горячем духовом шкафу. Холодный пласт разрезать по горизонтали на 2 части, прослоить начинкой, сверху посыпать смесью сахара и корицы или ванильным сахаром. Нижний пласт перед тем, как класть на него начинку, полить ромом.

Начинку приготовить таким образом. Из 2 яичных желтков, 100 г муки, 200 г сахара, 500 г молока сварить крем. Взбить в крепкую пену 7 яичных белков и 50 г сахара, добавить 100 г молотого ореха. Обе массы перемешать.

На 400 г муки — 20 г дрожжей, 310 г сахара, 200 г масла сливочного, соль, 5 яиц, 2 белка яичных, 500 г молока, 100 г молотого ядра ореха грецкого, 50 г рома, ванилин, корицу молотую.

## Пирог «Лучше меня нет»

Муку перемешать с порошком для печенья и на кухонной доске вымесить пресное тесто, добавив к муке сахар, яйца, смалец, тертый шоколад и ванильный сахар. Молока надо взять столько, чтобы получить тесто ниже средней консистенции. Противень смазать сливочным маслом, посыпать мукой, уложить в него половину теста пластом, поверхность которого обильно смазать любым фруктовым повидлом и покрыть второй половиной теста. Верх изделия густо смазать яичным желтком и посыпать молотым лесным орехом. Выпекать в горячем духовом шкафу при высокой температуре.

Горячий пирог посыпать ванильным сахаром и нарезать квадратами.

На 500 г муки — 1 пачку порошка для печенья, 200 г сахара, 2 яйца, 2 ст. ложки смальца, 3 дольки шоколада, 1/2 пачки сахара ванильного, молоко.

## Пирог слоеный со сливами

Жир растереть с мукой. Соль, сахар и дрожжи развести в сметане. В муке сделать воронкообразное углубление, влить в него сметанную массу, ром, 2 яичных желтка и вымесить тесто средней консистенции. Если тесто получится крутое, добавить

немного сметаны. Вымешанное тесто раскатать в пласт толщиной 1 см, сложить втрое, накрыть салфеткой и оставить на доске на 25—30 минут. Охлажденное тесто вновь раскатать, сложить и опять охлаждать на менее 30 минут. И так 3 раза. Затем тесто разрезать на 2 части, каждую раскатать в пласт толщиной 1 см, уложить один из них в смазанный жиром противень, смазать яичным белком и просушить. Далее тесто в противне посыпать панировочными сухарями, 100 г сахара, 60 г молотого ореха, сверху положить сливовую начинку и покрыть вторым пластом.

Начинку приготовить так: из слив вынуть косточки, а мякоть перемешать с сахаром, корицей, гвоздикой. Поверхность пирога смазать жиром. Выпекать в горячем духовом шкафу.

Готовый пирог посыпать ванильным сахаром и нарезать квадратиками.

На 600 г муки — 200 г дрожжей, 400 г сметаны, 2 желтка яичных, 30 г рома, 180 г смальца или 200 г масла сливочного (маргарина), 60 г сахара, соль.

Для начинки — 2 кг слив (венгерки), 200 г сахара, 60 г молотого ядра ореха грецкого, 120 г сухарей панировочных, корицу, гвоздику.

## Пирог лимонный

Яйца растереть со сгущенным молоком (3/4 банки). Добавив погашенную уксусом соду и просеянную муку, приготовить пресное тесто (такой густоты, как на оладьи). Нагретую форму или глубокую сковороду смазать маслом и выстлать промасленной бумагой. Вылить на нее тесто. Выпекать 25—30 минут при температуре 160—180°. Пирог выложить и освободить от бумаги. Приготовить крем: слегка размягченное масло взбить в пышную массу, постепенно добавляя сгущенное молоко.

Остывший пирог разрезать по горизонтали на 2 пласта. Нижний смазать кремом и посыпать измельченным на терке лимоном (вместе с цедрой) в смеси с сахаром, а также толчеными орехами. Уложить верхний пласт пирога, смазать его кремом и посыпать орехами.

На 160 г муки — 380 г молока сгущенного, 2 яйца, 6 г соды, 3 г уксуса.

Для крема — 100 г масла сливочного, 125 г молока сгущенного, 1 лимон, 200 г орехов грецких.

## Пирог шоколадный

Масло взбить, добавить к нему яичные желтки и сахар, а затем растопленный шоколад или какао на молоке (консервы), муку и взбитые в пену с сахаром белки. Противень смазать сливочным маслом, посыпать мукой, положить на него пресное тесто и выпекать.

Горячий пирог намазать повидлом (малиновым или из красной смородины) и посыпать тертым шоколадом или молотым грецким орехом.

На 120 г муки — 180 г сахара, 150 г масла сливочного, 4 яйца, 100 г шоколада или 60 г какао на молоке.

## Пирог с маком

Замесить пресное тесто средней густоты, оставить небольшую часть его для оформления поверхности пирога, остальное уложить на противень. Пласт накрыть начинкой, разложить на нее в виде сетки жгутики из теста и смазать их яичным желтком. Выпекать при средней температуре, после чего нарезать разными фигурками.

Начинку приготовить так. Молотый мак проварить в сладком молоке и добавить к нему 1 чайную ложку сливочного масла, лимонный сок и тертую цедру. Мак охладить и смешать с пеной, взбитой из 2 яичных белков.

На 230 г муки — 150 г маргарина, 130 г сахара, 2 желтка яичных, соль.

Для начинки — 180 г мака молотого, 180 г сахара, молоко, 2 белка яичных, 1 чайную ложку масла сливочного, немного сока лимонного и цедры тертой.

## Пирог песочно-творожный

Приготовить песочное тесто. Раскатать 2 одинаковых пласта толщиной 5—6 мм. Один пласт перенести на сухой противень и выпекать 6—10 минут при температуре 230—250˚до полуготовности. На поверхность пласта уложить слой творожной начинки и накрыть ее невыпеченным пластом. Смазав пирог яйцом, сделать рисунок в виде сетки. Выпекать 15—20 минут при температуре 210—230˚.

На 160 г муки — 60 г сахара, 100 г масла сливочного или маргарина, 1,5 яйца, 400 г начинки творожной.

## Пирог орехово-яблочный

Из муки, смальца с добавлением лимонной кислоты, сахара, орехов, ванильного сахара и яиц вымешать пресное тесто средней консистенции; 1/4 часть теста оставить для внешнего оформления пирога. Остальную часть теста уложить на противень, а сверху положить натертые на крупной терке яблоки, посыпанные сахарной пудрой и корицей. Из оставшегося теста скатать тонкие жгутики и уложить на начинку на расстоянии 3—4 мм друг от друга. Выпекать пирог в горячем духовом шкафу до образования румяной корочки.

На 200 г муки — 150 г смальца, по щепотке соды и кислоты лимонной, 200 г сахара, 100 г молотого ядра ореха фундука, 1/2 пачки сахара ванильного, 2 яйца, 100 г яблок сладких, 80 г пудры сахарной, немного корицы.

## Пирог тертый с начинкой

Из продуктов, предназначенных для приготовления песочного теста, вымесить однородную массу крепкой консистенции и разделить на 2 части. Небольшой противень смазать маслом и натереть одну часть теста на крупной терке так, чтобы тесто равномерно покрыло дно противня.

На тертое тесто выложить ложкой приготовленную начинку и покрыть ее второй частью теста, также натертого на крупной терке.

Выпекать при средней температуре. Горячий пирог посыпать ванильным сахаром и нарезать.

На 400 г муки — 1 пачку порошка для печенья, ванилин, 100 г сахара, 1 чайную ложку рома, 140 г масла сливочного, 3 желтка яичных, немного сметаны.

Для начинки — пену из 3 белков яичных, 100 г молотого ядра ореха грецкого, 3 ст. ложки повидла фруктового, 100 г сахара.

## Пирог «Девичьи грезы»

Сливочное масло вымесить с 250 г муки, 50 г сахара,

щепоткой соли, 100 г сметаны и содой. Тесто оставить на несколько минут на доске, затем раскатать в пласт и выпекать до полуготовности в смазанном маслом противне, Фруктовое повидло смешать с ромом и смазать им выпеченный пласт. Из 4 яиц, 80 г сахара, лимонного сока, 100 г муки, изюма приготовить бисквитную массу, которой залить смазанный повидлом корж, и снова все вместе выпекать. На выпеченный бисквит положить фрукты. Яичные белки и оставшийся сахар взбить в крепкую пену и выложить на фрукты. Ядро ореха порубить и посыпать пену. Подготовленный таким образом пирог высушить в теплом духовом шкафу.

На 350 г муки — 150 г масла сливочного, соль, 310 г сахара, 250 г повидла фруктового, 50 г рома, 4 яйца, 1/2 лимона, 50 г ядра ореха грецкого, 6 белков яичных, 50 г изюма, 100 г сметаны, 500 г фруктов, щепотку соды.

## Пирог «Хорошее настроение»

Из 200 г муки, 150 г сливочного масла, 50 г сахара, щепотки соли и соды вымесить песочное тесто. Противень смазать маслом, выложить в него пластом тесто и выпекать при средней температуре. Выпеченный корж смазать смесью рома с какао. Затем выпечь бисквитное тесто из 5 яиц, нарезать его квадратиками, полить ромом. Квадратики уложить на выпеченную основу, посыпать мелко рубленными цукатами и покрыть кремом. Готовый пирог поставить в холодное место и, когда он остынет, украсить черешней.

Крем приготовить так: 500 г молока с ванилином, 80 г сахара и 5 яичных желтков взбить на пару в пену, а затем, сняв с пара, взбивать до полного охлаждения. Отдельно взбить в пену 200 г сливок с 40 г ванильного сахара и смешать с кремом. Желатин развести в небольшом количестве теплого молока и тоже смешать с кремом.

Для песочного теста: на 200 г муки — 150 г масла сливочного, 50 г сахара, соду питьевую, 50 г рома, 20 г какао; для бисквитного теста — 5 яиц, 150 г цукатов.

Для крема — 500 г молока, ванилин, 80 г сахара, 5 желтков яичных, 200 г сливок, 40 г сахара ванильного, желатин, разведенный в молоке.

## Бисквит яблочный

Продукты хорошо растереть, полученную массу уложить в смазанный маслом и посыпанный мукой противень и выпекать. Остывший бисквит разрезать по горизонтали и начинить фруктовым повидлом.

На 300 г муки — 300 г сахара, 1,5 яйца, 300 г яблок тертых, 50 г смальца топленого, цедру лимонную тертую, корицу молотую, 1 пачку порошка для печенья.

## Бисквит с изюмом

В глубокой посуде подогреть на слабом огне 5 яиц с сахаром и хорошо вымешать. Затем снять с огня и взбивать яичную массу до полного охлаждения. К пенообразной массе осторожно добавить муку, изюм, 20 г топленого (не горячего) сливочного масла. Противень смазать сливочным маслом, посыпать мукой, вылить в него бисквитную массу и выпекать при умеренной температуре.

Выпеченный бисквитный пласт покрыть шоколадной глазурью (можно использовать сахарную пудру).

На 100 г муки — 5 яиц, 100 г сахара, 40 г масла сливочного, 30 г изюма, 120 г глазури шоколадной.

## Калач молочный

Дрожжи развести в теплой воде или молоке и вымешать в посуде с остальными продуктами. Масло растопить и добавить в массу последним, после чего тесто вымесить еще раз. Посуду с тестом поставить в теплое место для увеличения его в объеме в 2 раза. Подошедшее тесто снова вымесить, разделить на несколько частей, сформовать калачи, смазать их поверхность яичным желтком, уложить в смазанный маслом противень и выпекать при высокой температуре.

На 300 г муки — 20 г дрожжей, 60 г сахара, 2 желтка яичных, 250 г молока, 40 г масла сливочного, щепотку соли.

## Калач праздничный сдобный

3 яйца и 4 яичных желтка смешать с сахаром и, поставив в теплое место, взбивать до получения густой пены. Затем посуду убрать с теплого места и продолжать перемешивать смесь, пока

она не остынет. Добавить муку, порошок для печенья, топленое, но остывшее сливочное масло и изюм. Форму смазать и обсыпать мукой. Выпекать на слабом равномерном огне.

На 150 г муки — 150 г сахара, 3 яйца, 4 желтка яичных, 70 г масла сливочного, 1/2 пачки порошка для печенья, 60 г изюма.

## Калач варено-печеный ореховый

В небольшой посуде для взбивания яиц на пару при непрерывном помешивании подогреть яйца с сахаром и небольшими порциями добавить к ним рубленое ядро грецкого ореха, изюм, какао, гвоздику, корицу, муку. После этого посуду с массой поставить на слабый огонь и варить до загустения. Небольшой противень смазать сливочным маслом, посыпать мукой, наполнить массой и выпекать при низкой температуре.

Выпеченный калач еще теплым нарезать небольшими ломтиками.

На 4 неполные ст. ложки муки — 4 яйца, 250 г сахара, 150 г ядра ореха грецкого, 150 г изюма, 2 ст. ложки какао, гвоздику, корицу.

## Пирожки печеные

Приготовить парное или безопарное дрожжевое тесто. Готовое тесто выложить на стол или пирожковую доску, посыпанную мукой, разделить на кусочки и придать им форму шариков, которые оставить на 5—8 минут, чтобы тесто немного подошло. После этого шарики из теста раскатать в виде круглых лепешек толщиной до 1 см и положить на каждую лепешку подготовленную начинку. Края лепешки соединить и защипать, придавая пирожку овальную форму.

Разделанные пирожки уложить защипанной стороной на смазанный маслом пирожковый лист или сковороду на расстоянии 1,5—2 см один от другого и поставить на 15—20 минут в теплое место для подъема. После этого пирожки смазать взбитым яйцом и выпекать в духовом шкафу в течение 10—15 минут.

Готовые пирожки снять с листа, смазать сверху маслом и накрыть чистым полотенцем.

## Пирожки жареные

Поставить опару, для чего в теплой воде (или молоке) развести дрожжи, всыпать половину взятой для дрожжевого теста муки и хорошо вымесить, чтобы не было комков. Посуду с опарой поставить на 40—50 минут в теплое место для подъема. Когда тесто подойдет, положить в него растопленное масло, яйца, сахар, соль, хорошо размешать, всыпать остальную муку и месить тесто, пока оно не станет отставать от стенок посуды. После этого тесто снова поставить в теплое место на 1,5 часа. Как только тесто поднимется, его надо обмять и дать вновь подойти, потом выложить для разделки на стол или доску, посыпанную мукой.

Такое же тесто можно приготовить и без опары. Развести дрожжи в воде или молоке, положить масло, яйца, сахар и соль, всыпать всю муку, хорошо вымесить и дать после этого тесту дважды подойти. За время подъема теста нужно приготовить начинку с таким расчетом, чтобы, как только будет готово тесто, сразу приступить к разделке пирожков.

Готовое опарное или безопарное тесто для пирожков разрезать на куски весом примерно 40—50 г, раскатать их, придавая форму шарика, дать им немного подняться. Затем каждый шарик раскатать в виде лепешки толщиной 0,5—1 см, положить на середину ее начинку, соединить края теста и защипать. Пирожки сложить на доску или пирожковый лист, посыпанный мукой, и дать им подняться в теплом месте. После этого жарить пирожки на сковороде с растопленным сливочным или растительным маслом, переворачивая их с одной стороны на другую, чтобы они подрумянились.

Точно так же готовят пончики с вареньем, повидлом, яблоками и др.

На 1 кг муки — 2,5 стакана молока или воды, 2—3 ст. ложки масла, 1 ст. ложку сахара, 2 яйца, 1 чайную ложку соли, 30 г дрожжей.

**Пирожки слоеные**

Приготовить слоеное тесто, как это указано выше, раскатать его в виде ровной прямоугольной полоски толщиной приблизительно 0,5 см. Выемкой или стаканом вырезать круги вдоль всей полоски, слегка смочить их водой, положить на середину каждого шарик фарша. После этого накрыть фарш другим кружком. Затем каждый шарик обжать руками или выемкой меньшего размера, чтобы тесто соединилось, и уложить пирожки на пирожковый лист, слегка смоченный водой. Смазать сверху яйцом и выпекать в духовом шкафу 10—15 минут.

## Ватрушки

Приготовленное дрожжевое тесто разделить на небольшие кусочки, скатать из них шарики, уложить их с промежутками 2—3 см на смазанный маслом лист или противень и поставить в теплое место. Когда шарики поднимутся, сделать в каждом из них донышком маленького стаканчика углубление и заполнить фаршем из творога. Ватрушки смазать яйцом и поставить в жаркий духовой шкаф на 10—15 минут.

Начинку для ватрушек можно сделать также из свежих ягод, джема или повидла. Свежие ягоды — клубнику, землянику, малину — положить в углубление теста, посыпать сахаром и края теста смазать взбитым яйцом.

## Пончики дрожжевые

Приготовленное опарным способом тесто раскатать в жгут и разрезать на одинаковые кусочки. Сформовать из них шарики. Через 5 минут раскатать их в круглые лепешки. Посредине каждой положить 1 чайную ложку начинки. Края лепешки приподнять над начинкой и тщательно соединить, чтобы начинка при жарении не вытекала. Изделия скатать между ладонями в шарик и уложить на смазанную маслом пергаментную бумагу. Через 20—30 минут обжарить в разогретом жире, вынуть на сито и обсыпать сахарной пудрой. Можно верхнюю часть пончиков помазать глазурью.

На 200 г муки — 10 г дрожжей, 50 г молока, 25 г сахара, 30 г масла сливочного или маргарина, 1,5 яйца, 2 г соли, 150 г повидла или 80 г фруктов свежих, жир.

## Кулебяка

Кулебяка отличается от пирога своей формой: она должна быть более узкой и высокой, тогда как пирог обычно делается широким и плоским. Кроме того, кулебяку иногда готовят с двумя или тремя различными начинками, располагая их слоями, например: слой отварного риса, слой мясного фарша и слой крутых яиц, нарезанных кружочками. Для того чтобы нижний слой теста с внутренней стороны в готовой кулебяке не получился влажным, на тесто кладут менее влажный фарш, как, например, рис, рассыпчатую кашу, а поверх — более влажный и сочный мясной или рыбный фарш.

Дрожжевое тесто, приготовленное опарным или без- опарным способом, но более крутое и сдобное, чем обычно, раскатать полосой по длине противня или листа (толщиной 1 см, шириной 20 см), положить на полотенце, слегка посыпанное мукой, уложить на середину теста во всю его длину узкой полосой начинку, поднять края теста, соединить их и защипать. Затем, приподняв полотенце за края, переложить осторожно кулебяку швом вниз на противень, смазанный маслом. Кулебяку можно украсить тонкими полосками из теста, располагая их поперек на некотором расстоянии одна от другой. Чтобы полоски теста лучше держались на кулебяке, концы и середину их с нижней стороны нужно смазать яйцом. После этого поставить кулебяку в теплое место, дать ей немного подойти, а затем смазать яйцом, сделать в 2—3 местах проколы ножом для выхода пара во время выпечки и поставить в жаркий духовой шкаф. Выпекается кулебяка в течение 35—45 минут. Если во время выпечки зарумянивается только один конец кулебяки, то ее надо повернуть другим концом, а если начинает сверху подгорать, покрыть влажной бумагой. Чтобы узнать, готова ли кулебяка, надо проткнуть тесто лучинкой, и если на лучинке, вынутой из кулебяки, нет теста и она сухая, то кулебяка готова. Кулебяку снять с противня, покрыть полотенцем, чтобы она, остывая, сохранила мягкую корочку. Кулебяку можно подавать с мясным или куриным бульоном.

На 1 кг муки — 1,75 стакана молока, 50 г дрожжей, 100—125 г масла, 4—5 желтков яичных, 2 ст. ложки сахара, 1 чайную ложку соли.

## БУЛОЧКИ, КРЕНДЕЛЬКИ, КУЛИЧИ И ДРУГИЕ ИЗДЕЛИЯ

### Булочки

В посуду для теста влить 2,5 стакана теплого молока (или воды), растворить в нем дрожжи и, помешивая, всыпать половину взятой муки. Вымесить, чтобы не было комков, накрыть посуду полотенцем или салфеткой и поставить в теплое место. Когда опара подойдет, положить в нее соль, сахар, разогретое масло или маргарин (можно добавить 2—3 яйца, ванилин или кардамон в порошке), размешать, добавить остальную муку и хорошо вымешивать до тех пор, пока тесто не начнет отставать от стенок посуды.

После этого посуду с тестом снова накрыть и вторично

поставить в теплое место для подъема. После того как тесто увеличится в объеме вдвое, выложить его на доску, посыпанную мукой, и разделать в виде шариков весом примерно 50—60 г. Разделанное тесто уложить на лист или противень, слегка смазать маслом, дать булочкам подняться в теплом месте и затем смазать их взбитым яйцом и поставить на 12—15 минут в жаркий духовой шкаф для выпечки.

На 1 кг муки — 2,5 стакана молока, 150—200 г масла или маргарина, 2 яйца, 3/4 стакана сахара, 3/4 чайной ложки соли, 30 г дрожжей.

## Крендель с миндалем

Приготовить опару из молока, дрожжей и половины взятой муки и дать подняться в теплом месте. Отдельно растереть добела яичные желтки с сахаром и ванилином, затем к желткам добавить размягченное, выбитое добела масло или маргарин, перемешать и переложить в готовую опару, добавить соль, остальную муку и вымесить тесто так, чтобы оно отставало от стенок посуды. Прибавить перебранный, промытый и просушенный изюм, перемешать, накрыть и поставить в теплое место. Тесто должно быть довольно густым. Когда тесто поднимется, выложить его на доску, посыпать мукой, вымесить и раскатать руками в форме жгута (тоньше к краям), концы сплести, положить на лист, придать красивую форму кренделя и поставить лист на несколько минут в теплое место. Затем смазать яичным желтком, посыпать верх нарезанным или нарубленным миндалем (очищенным от кожицы и просушенным) и поставить в духовой шкаф на 40—50 минут для выпечки. Готовый крендель переложить с листа на бумагу, сложенную в несколько слоев, чтобы дно кренделя не отпотело.

При подаче на стол крендель слегка посыпать сахарной пудрой и переложить на блюдо, покрытое салфеткой.

На 1 кг муки — 1,33 стакана молока, 12 желтков яичных, 1,5 стакана сахара, 300 г масла или маргарина, 3/4 чайной ложки соли, 200 г изюма, 100 г миндаля сладкого, 40—50 г дрожжей, 1/2 порошка ванилина, 1—2 ст. ложки пудры сахарной.

## Кулич

Тесто для куличей можно приготовить двумя способами.

*Первый способ*. В 1,5 стаканах теплого молока растворить дрожжи, добавить половину взятой муки, размешать, чтобы не было комков, накрыть и поставить опару в теплое место. Когда объем опары увеличится вдвое, добавить в нее соль, яичные желтки (один желток оставить для смазки), растертые с сахаром и ванилином, масло, все это перемешать, добавить взбитые в пену яичные белки и остальную муку. Тесто должно быть не очень густым, но хорошо вымешенным и свободно отставать от стенок посуды.

Тесто накрыть и поставить в теплое место. Когда оно поднимется и увеличится в объеме в 2 раза, добавить изюм (промытый и просушенный), цукаты, нарезанные кубиками, и миндаль, очищенный от кожицы и мелко нарубленный. Все это смешать с тестом, которое разложить в формы. Для получения более пышного кулича форму надо заполнить на 1/3 высоты, для более плотного — на 1/2 высоты.

Формы подготовить так: дно покрыть кружком белой, промасленной с двух сторон бумаги, бока смазать маслом и обсыпать мукой или толчеными сухарями. Заполненные тестом формы поставить в теплое место и накрыть полотенцем. Когда тесто поднимется на 3/4 высоты формы, смазать верх взбитым яйцом и поставить в духовой шкаф (не очень жаркий) на 50—60 минут. Во время выпечки форму с куличом надо очень осторожно поворачивать, но не трясти. Чтобы верх кулича не подгорел, после того как он зарумянится, надо накрыть его кружком бумаги, смоченной водой. Готовность кулича узнают, воткнув в него тонкую лучинку: если вынутая лучинка сухая — кулич готов. После охлаждения кулич можно покрыть глазурью и украсить цукатами, ягодами из варенья, шоколадными фигурками и т. п.

*Второй способ*. В 1,5 стаканах теплого молока развести дрожжи, всыпать 4 стакана муки и замесить тесто, затем добавить соль, сахар, растертый добела с яичными желтками, растопленное масло или маргарин, яичные белки, взбитые в пену. Все это перемешать, сверху посыпать мукой, накрыть и поставить на ночь в защищенное от сквозняка место. Утром добавить остальную муку, ванилин, смешанный с сахаром, вымесить тесто так, как указано в описании первого способа приготовления. Тесто накрыть и поставить в теплое место для подъема. После того как тесто поднимется, прибавить изюм, миндаль и др., перемешать и разложить в формы. В остальном поступать так же, как указано выше.

На 1 кг муки — 1,5 стакана молока, 6 яиц, 300 г масла или маргарина, 1,5—2 стакана сахара, 40—50 г

дрожжей, 3/4 чайной ложки соли, 150 г изюма, 50 г цукатов, 50 г миндаля, 1/2 порошка ванилина или 5—6 измельченных зерен кардамона в порошке.

## Баба ромовая

В 1 стакане теплого молока развести дрожжи, прибавить 3 стакана муки и замесить густое тесто, скатать его в шар, сделать с одной стороны 5—6 неглубоких надрезов и опустить тесто в кастрюлю с теплой водой (2—2,5 литра), накрыть крышкой и поставить в теплое место.

Через 40—50 минут, когда тесто всплывет и увеличится в объеме в 2 раза, вынуть его шумовкой, переложить в посуду для замешивания теста, прибавить стакан теплого молока, соль, яичные желтки, растертые добела с сахаром и ванилином, яичные белки, взбитые в пену, все перемешать, добавить остальную муку и тесто вымесить. После этого в тесто добавить масло (или маргарин), взбитое добела, и тесто вновь очень хорошо вымесить (тесто не должно быть очень густым), накрыть и поставить в теплое место. Когда тесто увеличится в объеме в 2 раза, добавить в него изюм, перемешать и разлить тесто в формы (на 1/3 высоты), подготовленные так же, как для кулича, накрыть и поставить в теплое место для подъема. Когда тесто поднимется на 3/4 высоты формы, то осторожно, не встряхивая, поставить ее в нежаркий духовой шкаф примерно на 45—60 минут.

Во время выпечки форму надо поворачивать с большой осторожностью, так как даже при небольшом толчке тесто может осесть и середина будет пустой. Готовую ромовую бабу (готовность определяют так же, как у кулича) вынуть из формы и положить боком на блюдо, а когда остынет, облить сиропом с вином, осторожно поворачивая на блюде, чтобы сироп впитывался со всех сторон. После этого поставить на блюдо, дать несколько обсохнуть, а затем переложить на другое блюдо, накрытое бумажной салфеткой, и подать на стол.

На 1 кг муки — 2 стакана молока, 7 яиц, 1,25 стакана сахара, 300 г масла или маргарина, 3/4 чайной ложки соли, 200 г изюма, 1/2 порошка ванилина, 50 г дрожжей.

Для сиропа — 1/2 стакана сахара, 1,75 стакана воды и 4—6 ст. ложек вина виноградного, ликера или 1 чайную ложку эссенции ромовой.

## Струдель с яблоками

Замесить пресное тесто, добавить желтки, сахар и половину нормы растительного масла, накрыть его плотно салфеткой и оставить на 30—40 минут. Затем тесто раскатать толщиной 1—1,5 см, смазать растительным маслом, переложить на посыпанное мукой полотенце и растянуть руками во все стороны до толщины 1 мм, после чего сбрызнуть растительным маслом. На половину подготовленного слоя теста выложить нарезанные ломтиками и посыпанные сахаром, сухарями и корицей яблоки и с помощью полотенца свернуть в виде рулета, начиная со стороны, покрытой начинкой. Изделие смазать яйцом, проколоть в нескольких местах и выпекать. Готовый струдель посыпать сахарной пудрой.

На 350 г муки — 2/3 стакана воды, 1/2 чайной ложки соли, 1 желток, 1/2 чайной ложки сахара, 1 ст. ложку масла растительного.

Для начинки — 550 г яблок свежих, 2 ст. ложки сахара, 1/2 ст. ложки сухарей, корицу.

## Рулет двухцветный

Из муки, маргарина, яйца, сахара, тертой лимонной цедры вымесить песочное тесто и разделить на 2 части: одну замесить с молотым орехом, другую — с какао, предварительно растертым в молоке. Доску обильно посыпать мукой и тесто раскатать в тонкий пласт — сначала тесто с какао, затем с орехом. Положить один пласт на другой и скатать в рулет. Тесто нарезать ломтиками толщиной в карандаш. Противень смазать сливочным маслом, уложить рулетики и выпекать при средней температуре.

На 250 г муки — 140 г маргарина, 1 яйцо, 150 г сахара, тертая цедра с 1/2 лимона, 100 г молотого ядра ореха грецкого, 2 ст. ложки какао, 1 ст. ложку молока.

## Рулет слоеный с творогом

Тесто хорошо вымесить до образования пузырей, сформовать из него несколько круглых булок, уложить их на посыпанное мукой чистое полотенце, смазать поверхность топленым смальцем во избежание трещин, накрыть теплой кастрюлей и оставить на 10—15 минут. Каждую часть выстоявшегося теста раскатать в тонкий пласт, просушить, густо смазать топленым

смальцем и посыпать панировочными сухарями. На 1/3 часть пласта положить начинку и с помощью полотенца, на котором лежит тесто, скатать тугой рулет. Противень смазать смальцем, уложить в него рулеты, смазать их поверхность топленым смальцем и выпекать в горячем духовом шкафу до румяного цвета.

Для начинки творог протереть сквозь дуршлаг, перемешать со сметаной, яичными желтками, цедрой, сахаром, изюмом и сладкой пеной из яичных белков.

На 500 г муки — 20 г смальца, 1 яйцо, 1 чайную ложку уксуса, теплую соленую воду (количество, необходимое для теста средней густоты), 150 г смальца для смазывания теста, 30 г сухарей панировочных.

Для начинки — 600 г творога, 300 г сметаны, 4 желтка яичных, цедру тертую лимонную, 100 г сахара, 50 г изюма, 4 белка яичных и 50 г сахара для сладкой пены.

## Рулет с маком

Приготовить дрожжевое тесто так же, как для булочек. Отдельно приготовить мак: положить его в кастрюлю, залить кипятком, накрыть крышкой и дать постоять на столе 30—40 минут. Затем слить всю воду, слегка отжать мак и растереть его в ступке или в миске, прибавляя постепенно мед, а потом и сахар, чтобы получилась масса, напоминающая густое повидло.

Готовое тесто раскатать толщиной около 1 см, положить на тесто слой подготовленного мака, разровнять и свернуть тесто в трубку, после чего переложить рулет на лист, слегка смазанный маслом, и поставить в теплое место для подъема. Затем смазать рулет яйцом и поставить в жаркий духовой шкаф на 20—30 минут для выпечки.

В тесто для аромата можно положить ванилин или лимонную цедру. При подаче на стол рулет нарезать на куски и посыпать сахарной пудрой.

На 1 кг муки — 1,5 стакана молока, 5 яиц, 1 стакан сахара, 100—125 г масла или маргарина, 3/4 чайной ложки соли, 30 г дрожжей.

Для начинки на 300 г мака — 150 г меда и 3/4 стакана сахара.

## Рулет слоеный с капустой

Приготовленное тесто вытянуть в пласт и оставить сохнуть. Головку свежей капусты очистить от верхних листьев, вырезать кочан, острым ножом тонко нарезать, посолить и оставить в миске на 30 минут, после чего хорошо отжать. 1 ст. ложку смальца растопить в кастрюле, добавить 1 ст. ложку сахарной пудры и кипятить в течение 1 минуты. Когда сахар станет коричневого цвета, добавить жир, мелко нарезанный лук, капусту, молотый черный перец и, часто помешивая, поджарить. Подсохший слоеный пласт полить топленым смальцем, покрыть капустой и скатать в рулет. На противень, смазанный маслом, уложить рулет, смазать его поверхность смальцем, яйцом и выпекать в горячем духовом шкафу до образования румяной корочки.

На 300 г муки — 1 яйцо, 120 г смальца.

Для начинки — 1200 г капусты, немного сахара, перца черного молотого, муку, соль, 1 луковицу, смалец.

## Рулет картофельно-ветчинный

Картофель сварить в кожуре, очистить и пропустить через мясорубку. Муку со сливочным маслом (или маргарином) хорошо растереть на доске, смешать с картофелем и разведенными в малом количестве воды дрожжами. Продукты вымесить и оставить на доске на час. Затем тесто раскатать скалкой в четырехугольный тонкий пласт. На край пласта положить полоской начинку толщиной в мизинец и скатать двойную трубочку, отрезать ее острым ножом от пласта и разрезать на кусочки длиной 7 см. Таким же образом скатать трубочки из остального куска теста. Нарезанные рулетики уложить на противень на большом расстоянии друг от друга. Поверхность рулета смазать яичным белком и выпекать до румяного цвета.

Для начинки вареную ветчину 3 раза пропустить через мясорубку. Сливочное масло растопить в кастрюле и добавить к нему ветчину, муку, сметану и варить до получения густой массы. Затем добавить яйцо, осторожно размешать начинку и подогревать до тех пор, пока яйцо не свернется.

Рулет подавать в теплом виде.

На 200 г муки — 150 г масла сливочного или маргарина, 150 г картофеля, 5 г дрожжей.

Для начинки — 150 г ветчины вареной, 30 г масла сливочного, 20 г муки, 100 г сметаны, 1 яйцо.

## ПЕЧЕНЬЕ

### Печенье песочное

В муку положить сахарную пудру или сахарный песок, соду, ванилин, все перемешать, прибавить сметану, масло или маргарин кусочками и замесить тесто. Скатать его в виде шара, накрыть салфеткой и дать полежать на холоде 20—30 минут. После этого раскатать толщиной около 0,5 см. На поверхности теста сделать наколы вилкой и вырезать маленькие фигурки: кружки диаметром 3—4 см, полумесяцы, ромбики, шпалки и т. п. и уложить их на лист. Фигурки можно украсить, например в центре кружка положить изюминку или ягоду из варенья. Смазать их взбитым яйцом и поставить в духовой шкаф на 10—12 минут для выпечки.

На 2 стакана муки — 1/2 стакана сметаны, 1 стакан сахара (пудры или песка), 100—125 г масла или маргарина, 1/2 чайной ложки соды, 1/2 порошка ванилина.

### Печенье бисквитное

2—3 яйца вбить в кастрюлю, прибавить 1/2 стакана сахара, перемешать и, взбивая венчиком, подогреть массу на слабом огне, чтобы сахар растворился. Затем, сняв с огня, взбить венчиком добела, добавить — 1,25 стакана муки, ванилин и еще раз перемешать. Тесто не должно быть слишком густым. Разделать печенье при помощи десертной ложки или конверта в виде разных фигурок, лепешек, шпал, выпуская на лист, смазанный слегка маслом и посыпанный мукой. Выпечь печенье в нежарком духовом шкафу в течение 5—7 минут.

Лепешки или шпалки одного размера можно склеить густым повидлом или джемом.

### Печенье сбивное

Яичные белки взбить венчиком в крепкую пену и, продолжая взбивать, прибавить сахарную пудру или сахарный песок. Взбитые с сахаром белки можно класть десертной ложкой на лист белой

бумаги, положенный на противень. Можно также выпустить их из бумажного конверта в форме разных маленьких фигурок. Выпекают печенье в нежарком духовом шкафу.

Печенье должно хорошо подсохнуть, для этого его можно оставить в духовом шкафу до следующего дня. Снятое с бумаги печенье хранить в сухом месте.

На 4 белка свежих яиц — 1 стакан пудры сахарной или песка мелкого сахарного.

## Печенье с творогом

Масло сливочное размягчить и перемешать с творогом, постепенно добавить муку, перемешав ее предварительно с содой. Полученное тесто раскатать в виде жгута и нарезать кружочками. Каждый кружок одной стороной прижать к посыпанному на столе сахарному песку. На противень слегка смазанный маслом, уложить печенье. Выпекать при температуре 180° в течение 20—30 минут до получения золотистого цвета.

На 4 стакана муки — 500 г творога, 200 г масла сливочного, 1/2 чайной ложки соды, сахар для обсыпки.

## Печенье из сыра

Молоко вскипятить с маслом, всыпать в него муку и, помешивая, держать на огне до тех пор, пока масса не станет отделяться от стенок посуды. Продолжая размешивать, добавить 3 яйца, тертый сыр и немного соли. Массу выложить ложкой в смазанный маслом противень, сформовав лепешки, и выпекать длительное время. Первые 15 минут дверцу духового шкафа не открывать.

На 140 г муки — 250 г молока, 80 г масла сливочного, 3 яйца, 120 г сыра твердого тертого, соль.

## Печенье ванильное с орехами

Замесить тесто средней густоты, раскатать его пластом толщиной 1 см и вырезать печенье любой формы. Уложить печенье на смазанные маслом листы и выпекать при 160—180° в течение 15 минут. Горячие изделия посыпать сахарной пудрой, смешанной с ванилином.

На 1,25 стакана муки — 2 ст. ложки пудры сахарной, 50 г ореха грецкого, цедру с 1/2 лимона, 150 г масла сливочного, 2 желтка яичных, ванилин.

## Печенье дрожжевое сахарное

Просеянную муку насыпать на доску. Сделав углубление, положить туда маргарин. Ввести растворенные в воде дрожжи и замесить однородное, без комков, тесто. Ком разделить на небольшие кусочки. Раскатать их в сахаре на жгутики диаметром 2,5—3 см. Жгутики разрезать ножом на дольки длиной 12—15 мм и сразу же выпекать при температуре не выше 180—200° до золотисто-коричневого цвета.

На 350 г муки — 250 г маргарина сливочного, 25 г дрожжей, 35 г воды, 230 г сахара.

## Печенье «Восьмерки»

Муку перемешать с водой и просеять. Размягченное масло взбить, постепенно добавляя сметану, смешанную с сахаром и солью. Всыпать муку и быстро замесить пресное тесто. Раскатать пласт толщиной 1 см и шириной 13—15 см. Разрезать его на брусочки и каждый подкатать, чтобы концы его были зауженными. Брусочки смазать яйцом, обкатать в тертом сыре и сформовать изделие в виде восьмерок. Уложить на противень и выпекать 10 минут при температуре 220-230°.

На 320 г муки — 100 г масла сливочного или маргарина, 120 г сметаны, 20 г сахара, 3 г соды, 3 г соли, 1 яйцо, 100 г сыра твердого.

## Печенье с черным перцем

Муку хорошо смешать со сливочным маслом и дрожжами, добавить 2 яичных желтка, соль, молоко и замесить крутое дрожжевое тесто. Раскатать его в пласт толщиной 0,5 см, нарезать квадратиками, сверху прижать теркой для того, чтобы образовались дырочки, квадратики смазать яичным желтком и посыпать молотым черным перцем. Уложить изделие в смазанный маслом противень и выпекать при умеренной температуре.

На 500 г муки — 150 г масла сливочного, 20 г дрожжей, 3 желтка яичных, щепотку соли, 5—6 ст. ложек

молока, перец черный молотый.

## Печенье соленое

Из муки, маргарина, яичного желтка, дрожжей и сметаны в глубокой посуде вымесить не очень жидкое тесто, накрыть его салфеткой и поставить на 12 часов в холодное место. Затем остывшее тесто раскатать в тонкий пласт толщиной 1—1,5 см, разрезать на кусочки. Поверхность изделия смазать яичным белком и посыпать тмином. Выпекать при средней температуре.

На 450 г муки — 220 г маргарина, 1 яйцо, 5 г разведенных в небольшом количестве молока дрожжей, 1 неполную чайную ложку соли, 150 г сметаны, тмин.

## Печенье сдобное «10 минут»

Из просеянной муки, холодного сливочного масла или маргарина и сметаны быстро вымесить тесто. Раскатать из него квадратики, на середину каждого положить повидло и свернуть квадратики в виде конверта. Противень смазать маслом, посыпать мукой и выпекать печенье сначала на верхнем, затем на нижнем огне. Готовое печенье посыпать ванильным сахаром.

На 200 г муки — 200 г масла сливочного или маргарина, 6 ст. ложек сметаны, щепотку соли, повидло фруктовое, ванилин.

## Печенье шоколадное

Приготовить песочное тесто, раскатать его в тонкий пласт, вырезать круглой формой пятачки и выпекать их на смазанном маслом противне при низкой температуре. Выпеченные коржики склеить попарно холодным кремом.

На 200 г муки — 140 г маргарина, 1 яйцо, 50 г шоколада тертого, 80 г сахара.

Для крема — 100 г молока, 1 яйцо, 1 ст. ложку сахара, 30 г шоколада, 1 чайную ложку муки, 20 г масла сливочного.

## Печенье «Вечерний чай»

Тесто вымешать и чайной ложкой разложить бугорками на смазанный маслом, посыпанный мукой противень, который оставить на столе на 12 часов. Выпекать в разогретом духовом шкафу при низкой температуре.

На 240 г муки — 4 яйца, 280 г сахара, ванилин.

## Корзиночки с ягодами

Приготовить такое же тесто, как на песочное пирожное. Раскатать тесто толщиной 0,5 см, вырезать из него кружочки немного большего размера, чем металлическая формочка для корзиночек. На формочку наложить кружочек теста и вдавить, после чего края подровнять, формочки с тестом переложить на лист или на сковороду и поставить в духовой шкаф на 12—15 минут для выпечки. Готовые корзиночки вынуть из формочек, опрокидывая их, затем заполнить их ягодами — клубникой, малиной или виноградом и залить сверху с ложки горячим мармеладом. Корзиночки можно украсить, посыпав рублеными орехами или слегка поджаренным миндалем.

На 2 стакана муки — 150 г масла или маргарина, 3/4 стакана сахара, 2 яйца, 1/2 порошка ванилина или цедру лимонную.

## Хворост

Молоко, сметану, яичные желтки, сахарную пудру, коньяк и соль хорошо перемешать и, постепенно всыпая муку, замесить крутое тесто. Раскатать его тонким слоем, как на лапшу, нарезать узкими полосками длиной 10—12 см, переплести, сложить по 2—3 полоски вместе, соединить концы, слегка смазывая белком. Можно тесто разделать в виде розочек. Вырезать из него кружки разных размеров, положить один на другой, придавить серединку, а по краям кружков сделать прорезы.

Разделанное тесто опускать в горячий жир, подготовленный из топленого масла с добавлением смальца или другого жира. Готовый хворост вынуть вилкой из жира на решето или на бумагу и посыпать сахаром, истолченным и смешанным с ванилином, цедрой или корицей.

На 2,5 стакана муки — 3 желтка, 1 ст. ложку сахара, 2 ст. ложки коньяка, 1 ст. ложку сметаны, 1/4 чайной ложки соли, 1/2 стакана молока и 1 стакан масла

топленого или смальца для жарения.

### Прянички

Яйца растереть с сахаром добела, прибавить кардамон в порошке, ванилин или лимонную цедру. Всыпать муку, хорошо вымешать и брать тесто чайной ложкой, а другой ложкой снимать его на лист, смазанный маслом. Кусочки теста разложить на листе на расстоянии примерно 4 см, после чего поставить для выпечки в горячий духовой шкаф на 7—10 минут.

Готовые прянички вынуть из шкафа и, снимая с листа ножом, разложить на блюде.

На 1 стакан муки — 3 яйца, 1 стакан сахара, 5 зерен кардамона или 1/4 порошка ванилина, или цедру с 1/2 лимона.

### Коржики

Муку просеять на стол холмиком, сделать в нем углубление, в которое положить сметану, яйцо, сахар, соду, соль по вкусу, размягченное масло и замесить тесто. Полученное тесто раскатать слоем примерно в 0,5 см и круглой выемкой или стаканом вырезать коржики. Уложить на лист, смазать взбитым яйцом, сделать вилкой несколько проколов, чтобы при выпечке не вздувались, выпекать в горячем духовом шкафу примерно 10—15 минут.

На 2 стакана муки— 2 ст. ложки масла, 2/3 стакана сметаны, 1 яйцо, 3 ст. ложки сахара, 1/2 чайной ложки соды.

## ПИРОЖНЫЕ, ТОРТЫ, КЕКСЫ

### Пирожное слоеное с яблоками

Приготовить слоеное тесто. Раскатать его толщиной 0,5 см, длиной — по размеру листа, на котором будет выпекаться слойка. Раскатанное тесто разрезать на полоски шириной 7—8 см, положить на лист, слегка смоченный водой, смазать полоски взбитым яйцом, сверху украсить рисунком при помощи вилки или ножа и поставить в духовой шкаф на 20—25 минут. Выпеченная слойка должна быть толщиной 4—5 см.

Отдельно приготовить яблочную начинку. Полоски слойки положить на доску, разрезать вдоль по толщине на 2 слоя. На слой с нижней корочкой положить яблочную начинку, разровнять и поверх начинки наложить слой с верхней корочкой, затем разрезать на отдельные пирожные, посыпать сахарной пудрой и переложить на блюдо с бумажной салфеткой.

На 2 стакана муки — 250 г масла, 1 яйцо, 1/4 чайной ложки соли, 3/4 стакана воды, 1/4 лимона или немного разведенной кислоты лимонной.

Для начинки — 1 кг яблок и 1,5 стакана сахара.

## Пирожное песочное с миндалем

Муку и сахар перемешать, добавить масло или маргарин кусочками, яйца (яичный белок 1 яйца оставить для смазки), ванилин или мелко натертую цедру лимона и замесить тесто. Скатать тесто в шар, накрыть и дать ему полежать в прохладном месте от 30 минут до 1 часа. Готовое тесто раскатать толщиной 0,5 см, вырезать кружки (стаканом или специальной выемкой), в центре каждого кружка вырезать и вынуть маленький кружочек. Полученные кольца положить на лист, смазать взбитым яичным белком, посыпать рубленым миндалем или орехами и поставить в духовой шкаф на 10—15 минут для выпечки.

Готовые пирожные можно сверху слегка обсыпать сахарной пудрой, после чего положить на блюдо с салфеткой и подать на стол.

На 2 стакана муки — 150 г масла или маргарина, 3/4 стакана сахара, 2 яйца, 1/4 порошка ванилина или цедру с 1/2 лимона, 100 г миндаля.

## Пирожное бисквитное на сметане

Сахар растереть с яичным желтками добела, прибавить ванилин, после чего положить сметану, перемешать, добавить муку, а затем и яичные белки, взбитые в пену, все это осторожно перемешать, тесто перелить в форму, смазанную маслом, и поставить в нежаркий духовой шкаф на 20—25 минут для выпечки.

Готовый бисквит выложить из формы на блюдо с салфеткой и посыпать сахарной пудрой.

На 2 стакана муки — 1,5 стакана сметаны, 6 яиц, 1 стакан сахара, ванилин,

## Пирожное со взбитыми сливками или заварным кремом

Влить в кастрюлю стакан воды, добавить масло, соль и поставить на огонь. Как только вода закипит, всыпать сразу всю муку, размешать и на слабом огне проварить 2—3 минуты, помешивая. Затем снять кастрюлю с огня и прибавлять яйца (по одному), тщательно размешивая. Как только тесто начнет тянуться, прекратить прибавление яиц, тесто разделать в виде булочек, выкладывая их на лист, слегка смазанный маслом, на расстоянии 3,5—4 см одна от другой. Для выпечки поставить лист в жаркий духовой шкаф на 15—20 минут, а как только булочки зарумянятся и увеличатся в объеме, убавить жар в шкафу, не вынимая булочек, и допечь до готовности.

Готовые булочки надрезать вдоль с одной стороны, и, приоткрыв, наполнить середину сливками, взбитыми с добавление сахара и ванилина или ликера. Можно их заполнить также заварным или сливочным кремом. Затем посыпать сахарной пудрой, положить на блюдо и подать.

На 1 стакан муки — 100—125 г масла или маргарина, 4—5 яиц, 1 стакан воды, 1/4 чайной ложки соли, 1 стакан сливок, 2—2,5 ст. ложки сахара, 1/4 порошка ванилина или 1—2 ложки ликера.

## Пирожное бисквитно-кремовое

Выпечь бисквит. Подровняв края и зачистив подгоревшие места, длинным узким ножом разрезать бисквит по горизонтали на 2—3 пласта. Нижний пропитать ароматизированным сиропом и покрыть слоем крема. Сверху положить второй пласт, промочить его и также смазать кремом. Изделие разрезать на одинаковые прямоугольники, поверхность которых украсить кремом.

На 60 г муки — 3 яйца, 75 г сахара, 10 г крахмала картофельного, 150—200 г крема, 100 г сиропа.

## Пирожное «Картошка»

Выпеченный бисквит измельчить на терке или пропустить

через мясорубку. Бисквитную крошку тщательно перемешать с кремом и коньяком. Массу разделить на ровные комочки, сформовать из них пирожные и обкатать их в смеси какао-порошка с сахарной пудрой.

На 120 г муки — 6 яиц, 150 г сахара, 20 г крахмала картофельного, 300—350 г крема, 40 г коньяка или рома, 15 г какао-порошка, 10 г пудры сахарной.

## Пирожное буше

Приготовить холодным способом бисквитное тесто, взяв белков в 1,5 раза больше, чем желтков (на 6 белков — 4 желтка). Тесто быстро переложить в кондитерский мешочек и через трубочку с большим диаметром (2 см) отсадить на выстланный бумагой противень в виде круглых или овальных лепешек. Выпекать 15—20 минут при температуре 190—200°. Остывшие лепешки снять с бумаги и склеить кремом по 2 штуки, предварительно погрузив верхнюю часть на несколько секунд в ароматизированный сироп. Изделия охладить. Когда крем застынет, верх пирожного обмакнуть в подогретую до 55° ароматизированную помадку.

На 80 г муки — 6 яиц, 75 г сахара, 50 г сиропа, 200 г помадки шоколадной, 150—200 г крема масляного.

## Трубочка слоеная с кремом

Приготовить слоеное тесто. Раскатать прямоугольный пласт толщиной 6 мм и нарезать его на длинные полоски шириной 1,5—2 см. Взять конусные трубочки длиной 125 мм, диаметром на узком конце 5 мм, на широком — 28 мм. Держа трубочку в левой руке, один конец полоски прикрепить к ее узкому концу. Левой рукой поворачивать трубочку вокруг оси, а правой — навертывать полоску спиралью так, чтобы каждый следующий виток своим краем прикрывал предыдущий. Не доведя полоску до конца трубочки на 10—12 мм, тесто оторвать. Трубочки уложить на противень, смоченный водой, смазать яйцом и выпекать 20—25 минут при температуре 230—240°. Когда пирожные остынут, снять их с трубочек и наполнить кремом.

На 330 г муки — 150 г масла сливочного или маргарина, 1/2 яйца, 0,5 г кислоты лимонной, 2 г соли, 100 г воды, 200—250 г крема.

## Пирожное эклер

В молоко или воду положить соль и масло. Размешав, поставить на огонь. В кипящую жидкость постепенно всыпать просеянную муку. Смесь прогреть на слабом огне до исчезновения комочков, быстро перемешивая деревянной лопаточкой. Заваренную массу снять с огня и охладить до 70—80°. Постепенно ввести яйца, все время перемешивая массу. Готовое тесто в конце замеса должно быть вязким, однородным, без комочков. Выложить его в бумажный корнетик или кондитерский мешочек с металлической трубочкой диаметром 10—15 мм и отсадить изделия на смазанный маслом противень в виде палочек длиной 12 см. Выпекать 30—35 минут при температуре 180—200°. Остывшие пирожные проколоть заостренной палочкой сбоку и через отверстия впустить внутрь крем. Поверхность покрыть теплой помадкой.

На 160 г муки — 80 г масла сливочного или маргарина, 6 яиц, 2 г соли, 140 г воды или молока, 300—350 г крема, 250 г помадки.

## Пирожное «Заварное кольцо»

Приготовить заварное тесто, как указано в предыдущем рецепте, но после заваривания муки добавить сахар. Тесто выложить в кондитерский мешочек с зубчатой трубочкой диаметром 10—12 мм и отсадить на противень, слегка смазанный маслом, кольца овальной формы. Выпекать в течение 30—35 минут при температуре 200—220°. Готовые пирожные посыпать сахарной пудрой. Кольца можно заполнить сырковой массой (420 г).

На 260 г муки — 120 г масла сливочного, 100 г сахара, 6 яиц, 5 г соли, 230 г воды, 30 г пудры сахарной.

## Пирожное меренга

Белки хорошо взбить, в конце взбивания постепенно добавляя сахар и ванилин. Пользуясь корнетиком или ложкой, массу отсадить на противень, выстланный бумагой, в виде круглых или овальных лепешек. Выпекать в течение 25—30 минут при температуре 110—120°. Остывшие лепешки прослоить кремом и склеить попарно. К части белкового теста можно добавить рубленые поджаренные орехи или какао-порошок.

На 230 г сахара — 4 яйца, 1 г сахара ванильного, 300—350 г крема.

## Пирожное краковское

Приготовить песочное тесто. Раскатать пласт толщиной 5 мм, переложить его на сухой противень, наколоть и выпекать до полуготовности в течение 10 минут при температуре 230—240°. Одновременно взбить в течение 1—2 минут белки, добавив сахар и рубленый жареный миндаль. Массу нагреть, помешивая, до 60—70°, затем соединить с мукой. Белковое тесто вылить на полувыпеченный пласт из песочного теста и разровнять ножом. Противень поставить в сухое теплое место. Когда на поверхности массы появится хрупкая корочка, пласт разрезать на прямоугольники и разложить на противень на расстоянии в 3—4 см один от другого. Выпекать 15—20 минут при температуре 180—200°.

Для песочного теста — 160 г муки, 60 г сахара, 100 г масла сливочного или маргарина, 1/2 яйца. Для белкового теста — 5 яиц (белок), 230 г сахара, 80 г миндаля, 60 г муки.

## Пирожное киевское

Для корзиночек песочное тесто раскатать толщиной 7—8 мм, вырезать из него выемкой кружки, которые уложить в жестяные гофрированные формочки, прижимая тесто ко дну и стенкам для полного прилегания. Формочки установить на лист и выпекать тесто при температуре 240—260° в течение 12—14 минут. После охлаждения корзиночки вынуть из формочек. Из сахарного сиропа, лимонной кислоты и желатина приготовить желе; одну половину нормы желе подкрасить пищевыми красителями в салатный цвет, другую — в розовый. Желе разлить в формочки и после застывания нарезать полосками длиной 30 мм, шириной 5 мм и толщиной 2—3 мм. Хорошо охлажденные сливки взбить, добавив в конце взбивания сахарную пудру. Затем их выложить в кондитерский мешочек и наполнить ими подготовленные корзиночки. Поверх сливок фигурно уложить разноцветные полоски желе. Размягченный шоколад выпустить на поверхность пирожных в виде тонкой сетки и посыпать поджаренным измельченным орехом.

На 4 ст. ложки муки — по 1,5 ст. ложки сахара и

масла сливочного, 1 яйцо, по одной щепотке соды и соли, 1—2 капли эссенции ароматической.

Для крема — 1 стакан сливок, 2 ст. ложки пудры сахарной, 1/2 пакета сахара ванильного.

Для желе — 1 чайную ложку сахара, 5 г желатина, щепотку кислоты лимонной.

Для оформления — 30 г шоколада, 20 г ореха.

## Торт песочный

Приготовить тесто так же, как для песочного пирожного. Тесто разделить на три части, каждую часть раскатать в виде круглой лепешки или квадрата одинакового размера, толщиной около 1 см. Лепешки положить на лист и испечь в духовом шкафу. Готовым лепешкам дать несколько остыть, а затем поместить на блюдо одну лепешку, положить на нее слой варенья или повидла, разровнять, накрыть второй лепешкой и также положить слой варенья или повидла. Верх третьей лепешки покрыть глазурью, подсушить и украсить ягодами из варенья, цукатами, мармеладом и т.п.

Можно при выпечке одну лепешку смазать взбитым яйцом и обсыпать рубленым миндалем. Такую лепешку положить наверх и слегка посыпать сахарной пудрой.

На 2 стакана муки — 150 г масла или маргарина, 3/4 стакана сахара, 2 яйца, 1/2 порошка ванилина, 400 г варенья или повидла.

## Торт с безе

Отделить белки от желтков. Сливочное масло с половиной сахара растереть до пышной массы, добавить по одному 3 яичных желтка. Сметану, ванильный сахар, всыпать муку, предварительно перемешанную с какао, и замесить тесто средней консистенции. Готовое тесто выдержать 10 минут и раскатать скалкой до толщины 2 см. Выпекать при температуре 220—250°. Белки взбить с оставшимся сахаром в устойчивую пену.

Выпеченный корж смазать фруктовым повидлом, покрыть взбитыми белками и поставить в теплую печь для подсыхания.

На 2 стакана муки — 150 г масла сливочного, 1,5

стакана сахара, 3 яйца, 300 г сметаны, 50 г какао, щепотку соли, ванилин, 50 г повидла, 20 г рома.

## Торт лимонный

Сдобное тесто раскатать в пласт толщиной 2—3 мм и разрезать на длинные полоски шириной 20 см, нарезать их круглой выемкой на полумесяцы; обрезки можно использовать для отделки торта. Противень смазать маслом и перенести на него раскатанное тесто, навернув его на скалку. Начинку положить посередине. Края завернуть на начинку и украсить фигурными обрезками сверху. Поверхность смазать желтком и выпекать при 220—250°. Остывший торт нарезать на куски и посыпать сахарной пудрой.

Для начинки отделить белки от желтков и взбить их в пену. Остальные продукты перемешать до однородной консистенции и соединить со взбитыми белками. Этот же торт можно приготовить с ореховой или яблочной начинками.

Ореховую начинку готовят следующим образом: 3 яичных белка взбить в пену, добавить к ним 1 стакан просеянной сахарной пудры, 120 г молотого ядра грецких орехов, 30 г тертых сухарей из белого хлеба и немного цедры.

Яблочную начинку готовят так: 750 г яблок очистить от кожицы и сердцевины, натереть на терке, выжать сок и перемешать с 1 стаканом сахара, 50 г молотого ядра грецкого ореха и 2 ложками молотых белых сухарей.

На 1,5 стакана муки — 200 г масла сливочного.

Для начинки — 30 г масла сливочного, 6 ст. ложек сахара, 3 яйца, 750 г творога, цедра лимона, 1 ст. ложку сухарей панировочных.

## Торт домашний

Яйца растереть с сахаром. Добавив сгущенное молоко, сметану, соль, соду, уксус и муку, вымешать тесто (как на оладьи). Разделить его на 3 части: одну часть вылить на смазанную маслом сковороду и выпекать 15—20 минут при температуре 200°. Оставшееся тесто вымешать с какао и выпечь еще 2 коржа.

Приготовить крем: масло растереть, постепенно подлипая сгущенное молоко, а затем взбить в пышную массу и смешать с толчеными орехами. Остывшие коржи промазать кремом и

соединить. Верхний корж также покрыть кремом и посыпать крошкой.

На 240 г муки — 2 яйца, 230 г сахара, 125 г молока сгущенного, 250 г сметаны, 2 г соли, 12 г соды, 5 г уксуса.

Для крема — 200 г масла сливочного, 250 г молока сгущенного, 250 г ореха.

## Торт песочный слоеный

Муку высыпать на доску. Слегка размягченный маргарин изрубить ножом, постепенно смешивая с мукой. Подливая воду, перемешать продукты при помощи ножа. Когда маргарин и вода полностью соединятся с мукой, тесто скатать рукой в жгут и разделить на 6—8 равных частей, подкатать их в шарики и поставить в холодное место. Беря по одному, шарики раскатать в круглые или прямоугольные пласты толщиной 1,5—2 мм, навернуть их на скалку и переложить на сухой противень. Выпекать 8—10 минут при температуре 230—250°.

Приготовить крем: муку и крахмал размешать в небольшом количестве холодного молока; смесь влить в кипящее молоко. Непрерывно помешивая, довести до кипения и снять с огня. Посыпать сахаром и охладить. Размягченное масло взбить с сахаром в пышную массу. Не прекращая взбивания, влить небольшими порциями молочный клейстер. Готовый крем можно ароматизировать ванилином.

Остывшие песочные лепешки смазать с одной стороны кремом и осторожно уложить одну на другую. Изделие смазать кремом с боков. Одну лепешку искрошить и ею посыпать поверхность торта.

На 320 г муки — 200 г маргарина сливочного, 120 г воды.

Для крема — 200 г масла сливочного, 100 г сахара, 10 г муки, 10 г крахмала, 250 г молока.

## Торт «Елена»

Из продуктов, предназначенных для приготовления теста, замесить однородную массу и выпечь из нее 5 одинаковых круглых коржей. Остывшие коржи смазать кремом и

заглазировать шоколадом. Перед употреблением торт должен постоять не менее 2 суток.

Крем готовить так: ядра орехов дважды перемолоть, залить горячим молоком, добавить сливочное масло, сахар с ванилином и всю массу вымешать.

На 180 г муки — 120 г масла сливочного, 1 желток яичный, 100 г сахара, немного рома и сметаны.

Для крема — 50 г ядра ореха грецкого, 120 г масла сливочного, 150 г сахара с ванилином, 50 г молока, шоколад.

## Торт творожный особый

Из сливочного масла, муки, ванильного сахара, 1 яичного желтка приготовить песочное тесто. 2/3 части теста раскатать пластом, уложить в смазанную маслом, посыпанную мукой форму и покрыть начинкой. Из оставшегося теста скатать жгутики и уложить их на начинку в виде сетки. Торт выпекать при средней температуре.

Для начинки яичные желтки хорошо размешать с творогом, ванильным сахаром, молотым ядром ореха или миндалем и добавить к этой массе взбитые в крепкую пену яичные белки.

На 150 г муки — 110 г масла сливочного, 60 г сахара ванильного, 1 желток яичный.

Для начинки — 400 г творога протертого, 3 желтка яичных, 120 г сахара, ванилин, 40 г молотого ядра ореха грецкого или миндаля очищенного, пену из 4 белков яичных.

## Торт на одном яйце

Из всех продуктов, предназначенных для приготовления теста, замесить массу средней консистенции и разделить ее на 4 части. Каждую часть раскатать, вырезать 4 круглых пласта и выпекать на смазанном маслом и посыпанном мукой противне. Готовые остывшие пласты прослоить начинкой. Можно покрыть торт сахарной глазурью.

Для начинки из молока, 8 ст. ложек сахара, муки сварить густую помадку Растопить 4 ст. ложки сахара и вскипятить его в 2 ст. ложках воды. Обе массы соединить и хорошо вымешать.

Можно добавить молотое ядро грецкого ореха, ванилин.

На 500 г муки — 100 г смальца, 150 г сахара, 1 яйцо, щепотку соды.

Для начинки — 900 г молока, 12 ст. ложек сахара, 4 ст. ложки муки.

## Торт с кофейным кремом

Яичные белки взбить в крепкую пену, смешать с сахарной пудрой и на огне продолжать взбивать, пока масса не начнет загустевать. Затем добавить молотое ядро лесного ореха и молотый миндаль. В форму, смазанную маслом и посыпанную мукой, уложить тесто и выпекать. Готовый торт вынуть, перевернуть форму вверх дном. Холодный корж разрезать по горизонтали и начинить кремом.

Для крема яичные желтки вместе с сахаром и черным кофе взбить на огне в густую массу и поставить в холодное место до остывания. Сливочное масло хорошо растереть и смешать с приготовленной массой.

На 6 белков яичных — 250 г пудры сахарной, 150 г жареного молотого ядра ореха лесного, 100 г миндаля молотого.

Для крема — 6 белков яичных, 3 ст. ложки сахара, 100 г кофе черного растворимого, 150 г масла сливочного.

## Торт «Наполеон»

Из 50 г масла, 160 г муки, щепотки соли, сока из 1/2 лимона вымесить сдобное тесто, сложить вчетверо и раскатать в пласт толщиной 3 мм. Уложить на противень и проколоть в нескольких местах вилкой. Выпекать в горячем духовом шкафу до румяного цвета. Также испечь второй корж и т.д. Теплым кремом намазать один из выпеченных коржей, покрыть вторым (третьим и т.д.), обильно посыпать сахарной пудрой и разрезать на квадратики.

Для крема 350 г молока, 100 г сахара и ванилин вскипятить. 4 яичных желтка, 60 г муки и 150 г холодного молока растереть до получения гладкой однородной массы и, подогрев, вылить в горячее молоко, ранее снятое с огня. Соединив обе массы, при постоянном помешивании сварить густой крем. Готовый крем

снять с огня и сразу добавить к нему заранее взбитую пену из 3 яичных белков и 100 г сахара.

На 220 г муки — 150 г масла сливочного, щепотку соли, 1/2 лимона, 500 г молока, 200 г сахара, 4 яйца, ванилин.

## Сметанник

Желтки тщательно растереть с сахаром и сметаной. Постепенно ввести муку в смеси с солью и лимонной цедрой. Тесто вымешать и вылить в форму, смазанную маслом и посыпанную мукой или сухарями. Выпекать в течение 30—40 минут при температуре 220—230“. Готовый сметанник украсить белками, взбитыми с сахарной пудрой.

Сметанник можно приготовить и двухслойным, добавив в одну половину теста растертое с сахаром какао.

На 160 г муки — 230 г сахара, 250 г сметаны, 3 яйца, 2 г соли, 1/2 лимона, 12 г пудры сахарной.

## Кекс лимонный

Растереть масло с сахаром так, чтобы масса получилась пышной и сахар растворился. Затем прибавить в 2—3 приема яичные желтки, растереть добела, потом добавить лимонную цедру, натертую на терке, муку, изюм и цукат, все это перемешать и добавить яичные белки, взбитые в пену, осторожно помешивая снизу вверх. Полученное тесто переложить в форму, смазанную маслом и обсыпанную сухарями или мукой, и поставить в духовой шкаф для выпечки на 30—50 минут (в зависимости от толщины слоя теста). Кекс можно выпекать в маленьких формочках — металлических или бумажных (в течение 15—20 минут).

Готовый кекс сверху посыпать сахарной пудрой.

На 2 стакана муки — 150 г масла или маргарина, 1 стакан сахара, 5—6 яиц, 75 г изюма или цукатов, 1/2 лимона для цедры или 1/2 порошка ванилина.

## Кекс ванильный

Развести дрожжи в теплом молоке, прибавить соль и, всыпав муку, замесить крутое тесто. Скатать его в шар, верх надрезать по

радиусу, опустить тесто в кастрюлю с теплой водой (2—2,5 литра), накрыть крышкой и поставить в теплое место для подъема. Отдельно яйцо растереть добела с сахаром и ванилином, прибавить размягченное масло и все вместе растереть до пышности. Когда тесто увеличится в объеме примерно в 2 раза, вынуть его из воды шумовкой и переложить в другую посуду, вымесить, потом прибавить яйца, растертые с сахаром и маслом, снова вымесить так, чтобы тесто стало гладким и отставало от посуды, прибавить изюм и, при желании, очищенные рубленые орехи или миндаль. Тесто переложить в форму (до 1/2 ее высоты), накрыть салфеткой и поставить в теплое место. Как только тесто поднимется и заполнит форму примерно на 3/4 ее высоты, поставить кекс для выпечки в духовой шкаф на 30—50 минут.

Готовый кекс вынуть из формы, обсыпать сахарной пудрой и положить на блюдо с бумажной салфеткой.

На 2 стакана муки — 1/2 стакана молока, 30 г дрожжей, 1/2 стакана сахара, 100 г масла сливочного или маргарина, 2 яйца, 50 г изюма, 50 г орехов или миндаля очищенного, 1/4 чайной ложки соли, 1/4 порошка ванилина.

**Кекс майский**

Приготовить дрожжевое тесто опарным способом. Маргарин или сливочное масло, сахар, ванилин, соль и остальную муку перемешать до получения однородной массы, добавить опару, изюм и вымешать тесто в течение 7—8 минут. Затем оставить тесто для брожения при температуре 30—32° на 45—55 минут, после чего выложить на стол, посыпанный мукой. Тесто поделить на куски, уложить в смазанные маслом цилиндрические формы и оставить для расстойки при температуре около 30° на 20—25 минут. Когда тесто увеличится в объеме в 2—2,5 раза, поверхность его смазать яйцом, в нескольких местах сделать проколы на глубину 2—3 см и выпекать при температуре 190—200°. После охлаждения кекс вынуть из форм, зачистить подгоревшие места и обсыпать сверху и с боков сахарной пудрой.

Для опары примерно в 1/3 часть муки, положенной по норме, влить 1/3 часть теплой воды (32—34°), добавить дрожжи, разведенные отдельно небольшим количеством теплой воды, перемешать и оставить для брожения на 40—50 минут в теплом месте при температуре около 30°.

На 500 г муки — 150 г сахара, 2 яйца, 100 г масла сливочного или маргарина, 80 г изюма, 25 г дрожжей, 1 пакет пудры ванильной, 3/4 стакана воды, 1 чайную ложку масла сливочного или маргарина для смазки форм, 1 яйцо для смазки изделий, 2 чайные ложки пудры сахарной для обсыпки.

## ИЗДЕЛИЯ С МЕДОМ

### Коврижка медовая

Вбить яйцо в миску, прибавить сахар и растереть, затем добавить мед, корицу и гвоздику в порошке, соду, все перемешать, всыпать муку и вымешивать тесто веселкой 5—10 минут. Чтобы тесто для коврижки получилось темное, в него добавить жженку. Для этого 1—2 куска сахара пережечь на маленькой сковородке, разбавить 1,5—2 ложками воды, вскипятить и прибавить в тесто вместе с медом.

Тесто выложить на противень, смазанный маслом и посыпанный мукой, разровнять, посыпать рубленым миндалем или орехами и поставить в нежаркий духовой шкаф на 15—20 минут.

Готовую коврижку охладить, нарезать и уложить на блюдо. Ее можно разрезать посредине, промазать повидлом, а сверху покрыть глазурью. После этого нарезать, как печенье.

На 2 стакана муки — 1/2 стакана сахара, 150 г меда, 1 яйцо, 1/2 чайной ложки соды, 50 г миндаля или орехов, корицу и гвоздику в порошке.

### Печенье медовое «Домино»

Сахар с яйцами размешать до получения пенообразной массы, добавить к ней слегка подогретый мед, тертый шоколад и муку, перемешанную с порошком для печенья. Готовое тесто уложить в смазанный маслом противень пластом толщиной 0,5 см и выпекать при низкой температуре. Корж покрыть сахарной глазурью и оставить, чтобы он подсох, а затем нарезать в виде домино. На поверхность коржиков поставить (капнуть) точки из жидкого шоколада.

На 200 г муки — 150 г сахара, 2 яйца, 3 ст. ложки меда, 50 г шоколада, 1/2 пачки порошка для печенья.

## Медовик «К вину»

Сахар, мед и яйца вымешать до получения пенообразной массы, добавить молотый орех, корицу и перемешанную с порошком для печенья муку. Полученное тесто раскатать в пласт толщиной 0,5 см и нарезать полосками длиной 6—8 см, шириной 1,5—2 см. Изделия уложить в смазанный маслом противень и выпекать при средней температуре. Этот медовик может сохраняться несколько дней, не теряя вкуса.

На 250 г муки — 100 г сахара, 2 ст. ложки меда, 2 яйца, 100 г ореха лесного, 1/2 чайной ложки корицы, 1 пачку порошка для печенья.

## Медовик особый

Мед, гусиный жир, сахар закипятить и вылить в находящуюся в глубокой посуде муку. Массу хорошо вымешать деревянной ложкой и, пока она еще теплая, добавить к ней ром, корицу, гвоздику, яичные желтки и взбитые в пену яичные белки. Перед тем как тесто вылить в форму, добавить орех. Форму смазать маслом, посыпать мукой и наполнить тестом до половины высоты, так как во время выпечки оно поднимется. Выпекать при низкой температуре.

На 800 г муки — 650 г меда, 250 г жира гусиного, 120 г сахара, 8 яиц, 1 рюмку рома, 1 чайную ложку корицы, 1 чайную ложку гвоздики, несколько ядер ореха грецкого, нарезанного четвертинками.

## Печенье медовое

Все продукты перемешать и долить в них горячий мед. Вымесить тесто сначала ножом, потом руками. Доску посыпать мукой, раскатать на ней тесто в пласт толщиной 0,5 см и вырезать из него коржики разной формы. Противень смазать маслом, посыпать мукой, уложить на него коржики на некотором расстоянии друг от друга и выпекать при высокой температуре.

На 300 г муки — 120 г сахара, 1 яйцо, щепотку соды, немного корицы и гвоздики, 150 г меда.

## Хлебец орехово-медовый

Мед смешать с сахаром, яйцами и мукой, добавить ядра ореха и рубленый изюм. Длинную форму для выпечки батонов или кексов смазать сливочным маслом, посыпать мукой и выпекать в ней тесто при низкой температуре.

Остывший хлебец нарезать кусочками различной формы.

На 250 г муки — 200 г меда, 120 г сахара, 4 яйца, 120 г ореха грецкого, 50 г изюма.

### Маковки на патоке

В нагретую патоку всыпать мак, орехи и положить масло, тщательно перемешать и уваривать при постоянном помешивании в течение часа. На чистую доску для теста, смоченную водой, вылить уваренную массу, разровнять ее влажными руками в лепешку толщиной 0,5 см и, не давая остыть, нарезать ромбиками или треугольниками, после чего охладить.

На 1 стакан патоки — 1,5 стакана мака, 1 чайную ложку масла топленого, 1/2 стакана орехов чищеных крупно дробленных.

## НАЧИНКИ (для теста, приготовленного из 1 кг муки)

### Начинка из говядины

Пропустить через мясорубку сырое мясо, прожарить его на сковороде с маслом и снова пропустить через мясорубку. Отдельно поджарить мелко нарезанный лук и смешать его с мясом, прибавив рубленые яйца, соль, перец, мелко нарезанную зелень петрушки или укроп.

Мясную начинку можно сделать также из вареной говядины. Нарезать ее маленькими кусочками, пропустить через мясорубку или изрубить на доске. На сковороде поджарить в масле мелко нарубленный лук, смешать его с мясом и снова прожарить в течение 3—4 минут. После этого соединить мясо с рублеными яйцами, добавив соль, перец, укроп, 1—2 ст. ложки масла, а если фарш недостаточно сочен — 1—2 ст. ложки бульона.

На 800 г мяса (мякоти) — 2—3 ст. ложки масла, 3 яйца, 1— 2 луковицы.

### Начинка из ливера

Ливер говяжий, телячий, бараний или свиной промыть в теплой воде и поставить варить. Сваренный ливер разрезать на небольшие кусочки, пропустить через мясорубку, положить на сковороду вместе с поджаренным луком и слегка прожарить. Затем добавить соль, перец, рубленые яйца, укроп или зелень петрушки и все смешать.

На 1 кг ливера — 2—3 ст. ложки масла сливочного, 3 яйца, 2 луковицы.

**Начинка из рыбы**

Рыбу (щуку, судака, сома или карпа) очистить от чешуи, удалить внутренности и промыть в холодной воде. Мякоть рыбы отделить от костей, нарезать ее небольшими кусочками, посолить, посыпать перцем и прожарить на масле. Прибавить поджаренный лук, укроп и перемешать. В эту начинку можно положить рубленые яйца.

На 750 г рыбы (или 500 г филе рыбного) — 2 ст. ложки масла, 1—2 луковицы.

**Начинка из рыбы и риса**

Рыбное филе промыть, нарезать маленькими кусочками, положить на сковороду и прожарить в масле (1—1,5 ст. ложки). Затем смешать с вареным рисом, прибавить растопленное масло, мелко нарезанную зелень петрушки или укроп и по вкусу соль и перец. Рыбу для начинки можно взять и вареную, нарезать ее кусочками и смешать с рисом. В фарш по желанию можно прибавить мелко нарезанный поджаренный лук.

На 300 г филе рыбного — 3/4 стакана риса, 2—3 ст. ложки масла.

**Начинка из риса с яйцами**

Промыть в теплой воде рис, сварить в подсоленной кипящей воде (10—12 стаканов), после варки откинуть на сито или дуршлаг и дать стечь воде. Сваренный рис положить в миску, прибавить рубленые крутые яйца, масло, соль, укроп и перемешать.

На 1,25 стакана риса — 3—4 яйца, 2—3 ст. ложки

масла.

### Начинка из гречневой каши

Сварить рассыпчатую гречневую кашу, смешать ее с рублеными яйцами и маслом. Вместо яиц можно положить поджаренный лук и 50 г сваренных и мелко нарубленных сушеных грибов.

На 2 стакана крупы гречневой — 3—4 яйца, 2—3 ст. ложки масла сливочного или топленого.

### Начинка из соленых грибов

Соленые грибы промыть. Если ощущается излишняя острота, то грибы следует замочить в течение 1—2 часов в холодной воде, а затем откинуть на дуршлаг и дать воде стечь. После этого грибы мелко изрубить и прожарить с маслом. Отдельно поджарить мелко нарубленный лук и смешать с грибами, добавив немного перца.

На 1 кг грибов соленых — 2—3 ст. ложки масла топленого или растительного, 1—2 луковицы.

### Начинка из сушеных грибов с рисом

Сваренные сушеные грибы мелко изрубить, положить в грибы поджаренный мелко нарубленный лук, перемешать и прожарить в течение 2—3 минут. После этого грибы смешать с вареным рисом, добавив соль и перец.

На 50 г грибов сушеных — 1 стакан риса, 1—2 луковицы, 2—3 ст. ложки масла сливочного или растительного.

### Начинка из риса или пшена с изюмом

Изюм перебрать, 2—3 раза промыть в теплой воде, откинуть на дуршлаг, дать стечь воде, обсушить на салфетке или полотенце, смешать с вареным рисом (или рассыпчатой пшенной кашей), сахарным песком и маслом.

На 1 стакан риса или пшена — 200 г изюма, 2—3 ст.

ложки сахара. 1,5 ст. ложки масла.

### Начинка из свежей капусты

Очистить и нашинковать капусту, ошпарить кипятком, откинуть на сито, обдать холодной водой, крепко отжать, сложить в кастрюлю с растопленным маслом, прожарить в течение 10—15 минут, помешивая, чтобы капуста не пригорела, после чего добавить вареные рубленые яйца, соль и 1 чайную ложку сахара.

На 1 кочан капусты свежей (1,5—2 кг) — 3—4 яйца, 2—3 ст. ложки масла.

### Начинка из квашеной капусты с грибами

Капусту перебрать, а если она очень кислая, промыть, \ ошпарить кипятком, мелко нарубить, сложить в кастрюлю, прибавить растопленное сливочное или растительное масло и тушить под крышкой до готовности. Отдельно поджарить на масле мелко нарубленный лук, прибавить к нему мелко нарезанные сваренные грибы, соль, перец. Все это поджарить в течение 3—4 минут и смешать с капустой.

На 1 кг капусты — 3—4 ст. ложки жира, 2—3 луковицы и 50 г грибов сушеных.

### Начинка из зеленого лука с яйцами

Очистить и промыть зеленый лук, нарезать (не очень мелко), слегка прожарить на масле, смешать с рублеными яйцами, солью и перцем.

На 400 г лука зеленого — 4 яйца, 3—4 ст. ложки масла.

### Начинка из творога

Творог протереть сквозь решето или сито или пропустить через мясорубку, прибавить яйца, сахарный песок, немного соли, растопленное масло и все это хорошо перемешать.

В творог можно положить ванилин, изюм, мелко нарезанные цукаты. Если творог окажется слишком влажным, то его предварительно надо завернуть в марлю и положить под пресс.

На 500 г творога — 1 яйцо, 1/2 стакана сахара, 1 ст. ложку масла сливочного.

## КРЕМЫ, ПОМАДКИ И ФРУКТОВЫЕ НАЧИНКИ

### Крем заварной

Яйца или яичные желтки растереть с сахаром, прибавить муку, перемешать, развести массу холодным молоком, а затем поставить на огонь и варить, помешивая венчиком или веселкой. Когда закипит, снять с огня и прибавить ванилин. Если крем используется не тотчас же, то его следует переложить в фарфоровую миску, обровнять верх, положить масло кусочками (для предупреждения образования корочки) или посыпать сахаром.

На 1/2 л молока — 4 яйца (или 5 желтков), 1 стакан сахара, 2 ст. ложки муки, 1/4 порошка ванилина.

### Крем сливочный

Сахар растереть с яйцами, прибавить молоко и, помешивая, проварить смесь на огне до закипания. После этого смесь снять с огня и охладить. Отдельно выбить масло добела и, продолжая выбивать, прибавлять к маслу охлажденную смесь. В крем добавить ванилин или ликер.

На 200 г масла несоленого — 1/2 стакана молока, 1 стакан сахара, 1 яйцо, 1/4 порошка ванилина или 2—3 ст. ложки ликера.

### Крем сливочный со сгущенным молоком

Размягченное масло выбить добела, затем, продолжая выбивать, прибавить сгущенное молоко. В крем добавить ванилин или ликер, а для получения шоколадного крема добавляют 3 чайные ложки какао.

На 200 г масла — 300 г молока сгущенного, 1/4 порошка ванилина или 2—3 ст. ложки ликера.

### Крем масляный на сгущенном молоке

Масло размягчить до консистенции густой сметаны и взбить венчиком в пышную эластичную массу белого цвета (если масло чересчур размягчилось во время взбивания, его нужно слегка охладить). Затем постепенно подливать сгущенное молоко, не прекращая взбивания до тех пор, пока масса не станет однородной.

На 500 г масла сливочного — 500 г молока сгущенного.

## Крем масляный на молоке и яйцах (шарлот)

Молоко подогреть с сахаром до кипения. Яйца слегка взбить; затем, не переставая взбивать, влить тонкой струей горячее молоко. Молочно-яичный сироп подогреть почти до кипения и снять с огня. Размягченное масло взбить, в конце взбивания подливая небольшими порциями остывший до комнатной температуры молочно-яичный сироп. Полученную пышную массу можно ароматизировать ликером, соком, фруктово-ягодным сиропом.

На 500 г масла сливочного — 250 г сахара, 5 яиц, 200 г молока.

## Крем масляный на яйцах (гляссе)

Яйца соединить с сахаром, смесь взбивать на водяной бане до увеличения объема в 2,5—3 раза (температура ее должна быть не выше 45°). Затем посуду снять с бани и продолжать взбивание, пока масса не остынет до комнатной температуры. Размягченное масло взбить добела, в конце взбивания постепенно добавляя яичную массу.

На 500 г масла сливочного — 300 г сахара, 6 яиц.

## Крем белковый

Белки взбить на холоде в плотную пену. Постепенно, не прекращая взбивания, добавить небольшими порциями просеянную сахарную пудру (1/3 нормы). В конце взбивания ввести сразу всю оставшуюся пудру, ароматические вещества, пищевые краски, лимонную кислоту. Крем быстро перемешать и тотчас же использовать, так как при хранении от теряет пышность.

На 15 яиц (белок) — 720 г пудры сахарной, кислоту лимонную, вещества ароматические, краски пищевые.

## Крем заварной на яйцах

Сахар размешать с крахмалом и яйцами. Массу развести молоком и прогреть, помешивая, почти до кипения. Готовый крем охладить и, при желании, ароматизировать ликером (20 г). Вместо яиц можно взять удвоенное количество яичных желтков. Можно также половину указанной жидкости заменить соком.

На 700 г молока, сливок или воды — 275 г сахара, 25 г крахмала картофельного, 8 яиц.

## Крем заварной с мукой

Яйца растереть с мукой. Массу развести небольшим количеством холодного молока, тщательно размешать до исчезновения комочков и влить тонкой струйкой, помешивая, в кипящее молоко с сахаром. Смесь нагревать до загустения, но не кипятить. Крем можно ароматизировать.

На 650 г молока, сливок или воды — 4 яйца, 320 г сахара, 50 г муки.

## Крем шоколадный

Растереть масло до мягкого состояния и влить небольшими порциями сгущенное молоко, продолжая непрерывно помешивать, Когда масса станет пышной и однородной, добавить ванилин и вино. Этим кремом можно склеить любое печенье или прослоить готовые булочки.

На 200 г масла сливочного шоколадного — 200 г молока сгущенного, ванилин, 1 ст. ложку вина или коньяка.

## Помадка основная

Сахар залить горячей водой и перемешать до полного растворения. Сироп закипятить и снять с огня. Тщательно удалив пену, внутренние стенки посуды протереть чистой мокрой тканью. Варить под крышкой на сильном огне, не помешивая, до

пробы на мягкий шарик. Перед концом варки добавить лимонную кислоту или уксус. При добавлении излишнего количества кислоты помадка плохо взбивается и не затвердевает на изделиях, при недостатке кислоты она быстро кристаллизуется и не дает блеска.

Готовый сироп очень быстро охладить, сбрызгивая водой, чтобы поверхность не закристаллизовалась. Остывший до 30—40° сироп взбивать деревянной лопаточкой, пока он не превратится в белую кристаллическую массу — помадку. Комки помадки размять и накрыть влажной тканью. Помадка будет очень нежной, если после взбивания ее выдержать 12 часов и дольше. Перед употреблением помадку разогреть до консистенции сметаны при 50° и ароматизировать.

Слишком густую помадку можно развести водой или сахарным сиропом до необходимой консистенции, слишком жидкую — загустить просеянной сахарной пудрой.

На 830 г сахара — 300 г воды, 15 г уксуса или 2,5 г кислоты лимонной, эссенцию.

**Начинка из яблок**

Очистить яблоки от кожуры, разрезать на 4 части, вынуть сердцевину, нарезать ломтиками, сложить в кастрюлю, пересыпать сахаром, прибавить 2—3 ст. ложки воды и варить на слабом огне, пока не получится густое варенье.

Начинку можно приготовить и из сырых яблок. Для этого очищенные и нарезанные яблоки пересыпать сахаром и использовать как начинку.

На 1 кг яблок — 1 стакан сахара.

**Начинка из кураги**

Курагу перебрать и промыть в теплой воде. Положить в кастрюлю, залить кипятком так, чтобы вода только покрыла курагу, и проварить 10—15 минут. Сваренную курагу откинуть на решето, затем разложить на разделанное тесто и посыпать сахаром.

Отвар, полученный при варке кураги, можно использовать для приготовления киселя или же сладкой подливки.

На 400 г кураги — 1/2 стакана сахара.

## Глазурь

Стакан сахарной пудры и 1 яичный белок растереть добела, прибавляя сок лимона. Пирожные, торты и куличи, покрытые глазурью, надо поставить в нежаркий духовой шкаф для подсушки глазури.

# СЛАДКИЕ БЛЮДА

## КИСЕЛИ

Кисель можно приготовить из ягод или фруктов — свежих, замороженных, сушеных, из ревеня и молока. Приготовление киселя очень облегчается, если вместо ягод и фруктов использовать фруктово-ягодные сиропы и соки. Но проще всего приготовить кисель из концентрата сухого киселя, выпускаемого пищевой промышленностью. В его состав входят фруктовый или ягодный экстракт, сахар, картофельная мука и лимонная кислота. Сухой кисель разводят холодной водой (на 100 г киселя — 1 стакан), вливают в кипящую воду (1,5 стакана), хорошо размешивают, доводят до кипения и охлаждают.

Взяв большее или меньшее количество картофельной муки, можно получить кисели из ягод и фруктов различной густоты. Обычно готовят кисель средней густоты: на 4 стакана достаточно взять 2 ст. ложки картофельной муки. Если количество муки увеличить до 3 ст. ложек на 4 стакана, можно получить густой кисель. Картофельную муку при приготовлении киселя разводят в охлажденной кипяченой воде (на 2 ст. ложки муки — 1 стакан воды) в момент варки сиропа, так как, если ее развести заблаговременно, она осядет на дно. Разведенную картофельную муку надо процедить сквозь сито, влить в горячий сироп сразу, а не частями, и быстро размешать. Кипятить долго не следует, так как кисель, при этом делается жидким.

Кисели подают на стол холодными; кисель средней густоты можно подать и горячим. Густой кисель нужно разлить в формы и хорошо охладить. Предварительно форму смачивают внутри холодной водой, тогда охлажденный кисель легко отделится от стенок посуды. Чтобы на поверхности киселя не образовалась пленка, надо посыпать его тонким слоем сахарного песка. К киселю можно подать сахар, холодное молоко или сливки.

### Кисель вишневый

Вишни промыть в холодной воде, очистить от косточек, пересыпать сахаром и в таком виде оставить на полчаса. В течение этого времени несколько раз перемешать их, чтобы образовалось больше сока, который надо слить и затем добавить в готовый кисель. Косточки ягод истолочь, залить 2,5 стаканами горячей воды, вскипятить и процедить. Полученным отваром

залить ягоды и еще раз вскипятить. В кипящий отвар с ягодами влить разведенную картофельную муку, снова довести до кипения, снять с огня, влить сок ягод и перемешать.

На 1 стакан вишен — 3/4 стакана сахара, 2 ст. ложки муки картофельной.

## Кисель из сушеной черники или сухих плодов шиповника

Промытую в горячей воде сушеную чернику (или сухие плоды шиповника) залить 2 стаканами холодной воды и поставить варить на 15—20 минут. Когда черника станет мягкой, отвар процедить в другую кастрюлю, а ягоды хорошо размять деревянным пестиком или ложкой, вновь залить стаканом воды, вскипятить и, отжимая, процедить в кастрюлю с отваром. Затем добавить сахар, еще раз вскипятить и влить разведенную картофельную муку.

На 50 г черники сушеной или сухих плодов шиповника — 3/4 стакана сахара, 2 ст. ложки муки картофельной.

## Кисель молочный

В кастрюлю влить 3 стакана молока, вскипятить и прибавить сахар. Маисовый или картофельный крахмал развести в стакане холодного молока или кипяченой воды, влить в кипящее молоко и, все время помешивая, кипятить кисель в течение 5 минут на слабом огне.

Для аромата в кисель, пока он горячий, можно прибавить ванилин, 4—5 капель миндальной эссенции или снятую теркой цедру с лимона или апельсина и хорошо перемешать. Разлить горячий кисель в чашки и охладить. Перед подачей к столу кисель можно выложить из чашек на небольшие тарелки. Кисель из соевого или солодового молока готовят так же.

Кисель можно приготовить из сухого молока. В этом случае стакан сухого молока развести 2 стаканами холодной воды и оставить на 30 минут для набухания. После этого добавить еще 2 стакана воды, размешать и довести до кипения. В кипящее молоко положить сахар, после чего влить крахмал, разведенный в стакане воды, и снова довести до кипения.

На 4 стакана молока — 1/2 стакана сахара и 2 ст. ложки крахмала маисового или картофельного.

## Кисель из ревеня

Промыть в холодной воде стебли ревеня (300 г), очистить от кожицы и волокон, нарезать мелкими кубиками и 10—15 минут замачивать в холодной воде. Сахар (3/4 стакана) залить 2 стаканами воды и вскипятить. В горячий сироп положить отжатые кубики ревеня, прокипятить в течение 5—10 минут и заварить разведенной картофельной мукой (2 ст. ложки).

Кисель из ревеня подают только в холодном виде.

## Кисель из клюквы с молоком

Ягоды перебрать и промыть. Отжатый сок поставить на холод. Мезгу залить горячей водой, прокипятить 5—8 минут. В процеженный отвар ввести сахар. Нагреть до кипения и заварить крахмалом, разведенным холодной кипяченой водой или охлажденным клюквенным отваром. Помешивая, быстро довести до кипения.

Готовый кисель разлить в смоченные холодной водой порционные формочки и охладить. При подаче на стол выложить в вазочки. Отдельно подать молоко, взбитые с сахарной пудрой сливки или сметану.

На 20 г клюквы — 250 г воды, 10 г крахмала картофельного, 25 г сахара, 30 г сметаны, 5 г пудры сахарной.

## Кисель из вина со взбитыми сливками

Сварить густой кисель из красного вина с добавлением сахара. Сливки взбить в пышную массу. Охлажденный кисель налить в вазочки, сверху аккуратно положить сливки.

На 60 г вина сухого красного — 20 г сахара, 8 г крахмала картофельного, 50 г сливок.

## Кисель из меда

Мед развести горячей водой и довести до кипения. Сняв образовавшуюся пену, влить в разведенный холодной кипяченой водой крахмал и вновь довести до кипения. Готовый кисель разлить в стаканы или вазочки, посыпать сахаром и охладить. Подать с холодным кипяченым молоком или сливками.

На 40 г меда — 100 г воды, 10 г крахмала картофельного, 150 г молока и 100 г сливок, 2 г сахара.

## КОМПОТЫ, УЗВАРЫ

Компот можно приготовить из одного вида плодов или из смеси. Для этого используют свежие, замороженные и сушеные фрукты.

Узвары также готовят из сушеных и свежих фруктов и ягод. Основное требование здесь — соблюдение последовательности закладки их в кастрюлю при варке. Поэтому необходимо сначала сварить до готовности сушеные груши и яблоки, потом положить сливы, вишни, изюм и дать 1 раз прокипеть. После этого проварить на фруктовом отваре пчелиный мед, залить им сваренные фрукты и ягоды, довести до кипения, а потом поставить в холодное место и дать настояться в течение 5—6 часов.

При приготовлении узвара из свежих слив и ягод их перебрать, пересыпать сахаром, залить горячей водой и варить 40—50 минут в посуде под закрытой крышкой.

На 1 стакан меда или сахара — по 100 г сушеных груш, яблок, вишен, слив, 50 г изюма и 1 л воды.

### Компот из свежих яблок или груш

Очищенные яблоки разрезать каждое на 6—8 частей и удалить из них сердцевину. Чтобы очищенные яблоки не потемнели, их нужно до варки положить в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой. В кастрюлю всыпать сахар, влить 2 стакана горячей воды, положить нарезанные яблоки и при медленном кипении варить 10—15 минут (в зависимости от сорта яблок), пока яблоки не станут мягкими. В готовый компот положить цедру лимона, апельсина или корицу. Если для компота используют спелые антоновские яблоки, то кипятить их не нужно, — достаточно довести до кипения.

Компот из свежих груш готовят так же, но сахара (в зависимости от сладости груш) можно взять меньше. Варить компот 10—15 минут. Если груша очень спелая, то компот достаточно довести до кипения. Готовый компот охладить и разлить в вазочки.

На 500 г яблок или груш — 3/4 стакана сахара.

## Компот из свежих абрикосов или слив

Абрикосы или сливы промыть в холодной воде, сделать на них продольные надрезы и вынуть косточки. В кастрюлю всыпать сахар, влить 2 стакана горячей воды, размешать, положить фрукты и вскипятить.

На 500 г абрикосов или слив — 3/4 стакана сахара.

## Компот из свежих яблок и мандаринов

Мандарины очистить, разделить на дольки и положить на тарелку. С кожуры мандарина срезать белую мякоть, а верхний слой (цедру) мелко нарезать в виде соломки и, прокипятив в стакане воды, откинуть на сито. В кастрюлю всыпать сахар, залить его 2 стаканами горячей воды, размешать, положить цедру, очищенные и нарезанные яблоки и при медленном кипении варить 10 минут, пока яблоки не станут мягкими.

Остывшие яблоки и дольки мандаринов уложить в вазочки и залить сиропом.

На 250 г яблок и 4 мандарина — 3/4 стакана сахара.

## Компот из чернослива, изюма и кураги

Чернослив, изюм и курагу промыть 2—3 раза в теплой воде и сложить на тарелку. В кастрюлю всыпать сахар, залить его 3 стаканами горячей воды, положить чернослив и варить 15 минут при медленном кипении. После этого положить курагу, изюм и варить еще 5 минут. Если чернослив слишком сухой, рекомендуется предварительно замочить его в теплой воде.

На 50 г кураги, 100 г чернослива, 50 г изюма — 1/2 стакана сахара.

## Узвар из яблок и клюквы

Из перебранной и промытой клюквы выдавить сок. Выжимки залить водой, дать хорошо прокипеть, остудить отвар, положить сахар и проварить. Яблоки промыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать кусочками, залить горячим подготовленным отваром с сахаром, варить до готовности, соединить с соком и поставить в холодное место.

На 500 г яблок — 3/4 стакана клюквы, 1 стакан сахара, 2—3 стакана воды.

### Узвар из черники

Перебранную и промытую чернику залить холодной водой, довести до кипения, добавить сахар, хорошо проварить и охладить.

На 500 г черники — 3/4 стакана сахара, 3—4 стакана воды.

## ЖЕЛЕ, МУССЫ, САМБУКИ

Желе и муссы готовят из свежих и свежезамороженных ягод и фруктов, из фруктово-ягодных соков и сиропов, из разных сортов варенья, а также из красного натурального вина. Для приготовления муссов используют еще пюре и соусы из различных фруктов. Пюре и фруктовые соусы лучше всего брать готовые — их вырабатывают из зрелых доброкачественных плодов.

Для приготовления желе и муссов употребляется желатин, а для желе еще и агар-агар (растительный желатин), которого нужно брать в 2 раза меньше обыкновенного. Чтобы желатин и агар-агар быстро и равномерно растворялись, их надо предварительно на 25—30 минут положить в холодную воду. Когда листики набухнут, из них нужно хорошо отжать воду.

Чтобы желе было вкуснее, в него добавляют разные вина (херес, мускат, мадеру) и ликеры, а также апельсинную и лимонную цедру, ванилин, лимонный сок или лимонную кислоту.

Желе и муссы можно готовить в специальных формах и вазочках. Перед подачей на стол форму с застывшим желе на несколько секунд нужно опустить в горячую воду, чтобы желе лучше отстало от стенок посуды.

Желе и муссы готовят почти одним и тем же способом с той лишь разницей, что муссы взбивают венчиком. Для взбивания муссов нужно взять глубокую посуду, так как они при взбивании увеличиваются в объеме в 2—2,5 раза. Взбивать надо обязательно на льду или в холодной воде. Мусс можно считать готовым, когда он станет пенистым и

слегка загустеет. Подготовленный мусс надо быстро разлить в вазочки или формы и поставить в холодное место. К муссу отдельно можно подать ягодный сироп или фруктовые и ягодные соки.

Мусс можно приготовить и без желатина, заменив его манной крупой. Для этого крупу варят с сахаром и плодовым соком или пюре и затем охлаждают. Когда температура готового мусса понизится до 40°, его взбивают, разливают в формы и охлаждают.

Самбуки относятся к группе желированных взбитых блюд. В отличие от муссов они готовятся на фруктово-ягодном пюре и перед взбиванием в них вводится белок.

### Желе лимонное

В кастрюлю влить 3 стакана воды, всыпать сахар, размешать и вскипятить. В горячий сироп положить цедру, срезанную с 1/2 лимона, и желатин, предварительно замоченный и отжатый. Сироп, все время помешивая ложкой, снова довести до кипения и влить лимонный сок. Горячий сироп процедить сквозь полотно, слегка охладить и разлить в формы или вазочки.

На 1 лимон — 1 стакан сахара, 25 г желатина.

### Желе из ягодного варенья

Варенье развести 2,5 стаканами кипятка, размешать и выбрать ягоды в отдельную посуду. Сироп от варенья влить в кастрюлю, положить в него сахар, желатин. Помешивая, довести до кипения, влить вино, процедить и слегка охладить. Ягоды разложить в вазочки или формы, залить желе и хорошо охладить.

На 1 стакан варенья — 1/2 стакана сахара, 25 г желатина, 2 ст. ложки ликера.

### Желе с красным вином

В кастрюлю всыпать сахар, влить 2 стакана горячей воды, положить замоченный желатин. Все время помешивая, довести сироп до кипения, влить вино, добавить немного ванилина и по вкусу разведенную лимонную кислоту. Горячий сироп процедить, слегка охладить и разлить в формочки. При подаче на стол желе можно украсить свежими или замороженными ягодами — клубникой, малиной, черешней, вишней, ломтиками апельсина.

На 1 стакан вина красного — 25 г желатина, 3/4 стакана сахара.

## Желе «Золотая осень»

Виноград протереть, отжатый сок процедить и поставить на холод. Мякоть арбуза, дыни и яблок нарезать тонкими ломтиками, соединить с мезгой, залить горячей водой и проварить с сахаром 10—12 минут. Сироп процедить, соединить с предварительно замоченным желатином и, помешивая, нагреть до кипения. Затем соединить с виноградным соком и заправить лимонной кислотой. Жидкость профильтровать, охладить, разлить в формочки и поставить на холод.

На 10 г винограда — 15 г яблок, 10 г арбуза, 15 г дыни, 15 г сахара, 3 г желатина, 100 г воды, кислоту лимонную.

## Желе молочное

Молоко нагреть до кипения. Миндаль перебрать, залить горячей водой, прокипятить 3—4 минуты, откинуть на сито и очистить от кожицы. Затем истолочь в ступке, постепенно добавляя горячую воду. Миндальное пюре соединить с горячим молоком, замоченным желатином и сахаром. Массу, непрерывно помешивая, довести до кипения, процедить и остудить. Затем разлить в формочки и поставить на холод.

Молочное желе можно приготовить с добавлением какао (7 г) или шоколада (10 г).

На 75 г молока — 2 г миндаля, 25 г воды, 3 г желатина, 15 г сахара.

## Желе кофейное

Кофе залить кипятком, размешать с сахаром и охладить. Желатин замочить в части кофе, прогреть до полного растворения и влить в оставшийся кофе. Жидкость размешать, разлить в креманки и поставить на холод. Поверхность застывшего желе оформить сеточкой из взбитой сметаны.

На 2 г кофе растворимого — 100 г воды, 20 г сахара, 3 г желатина, 20 г сметаны.

## Мусс из свежих яблок

Яблоки промыть и нарезать тонкими ломтиками, удалив семечки, Залить яблоки 2,5 стаканами горячей воды и сварить их до мягкости. Слить сок в другую посуду, процедить его через марлю, а яблоки протереть сквозь частое сито. В яблочный сок положить сахар и замоченный желатин. Все время помешивая, довести сироп до кипения и охладить. Охлажденный сироп вылить в глубокую кастрюлю, положить туда же яблочное пюре, немного ванилина и взбивать металлическим венчиком до образования пенистой массы. Как только масса слегка загустеет, ее быстро разлить в формы или вазочки и охладить.

Мусс из других свежих фруктов готовят таким же способом.

На 250 г яблок — 3/4 стакана сахара, 15 г желатина.

## Мусс лимонный

Приготовить смесь так же, как для лимонного желе, влить ее в кастрюлю, которую поставить в холодную воду или на лед, и взбивать металлическим венчиком до тех пор, пока не получится однородная пенистая масса.

Когда масса начнет густеть, взбивание прекратить, быстро разлить мусс в формы и охладить. На стол к лимонному муссу отдельно в соуснике можно подать ягодный сироп или соус из красного вина.

На 1 лимон — 15 г желатина, 3/4 стакана сахара, 2 стакана воды.

## Мусс из ягод

Ягоды свежие или замороженные перебрать и промыть в холодной воде, размять ложкой или деревянным пестиком в фарфоровой посуде и протереть сквозь сито. Выжимки от ягод залить 2 стаканами горячей воды, вскипятить и процедить. В полученный сок положить сахар и замоченный желатин. Все время помешивая, довести сироп до кипения. В охлажденный сироп положить ягодное пюре и взбивать металлическим венчиком до образования пенистой массы. Как только эта масса слегка загустеет, быстро разлить ее в формы или вазочки и охладить.

На 1 стакан ягод — 3/4 стакана сахара, 15 г желатина.

## Мусс медовый

Разбить яйца и отделить белки от желтков. Желтки растереть, постепенно прибавляя к ним мед. После этого растертые желтки проварить на слабом огне до густоты, непрерывно помешивая, и, сняв с огня, охладить. Яичные белки взбить в густую пену и соединить с проваренными желтками, после чего мусс переложить в блюдца или вазочки и охладить.

Вместо яичных белков можно в мусс положить 3/4 стакана взбитых сливок.

На 1 стакан меда — 4 яйца.

## Мусс из мака

Мак промыть и отварить в молоке, процедить и дважды пропустить через мясорубку. Орехи растолочь, цедру снять с лимона мелкой теркой. Изюм замочить в горячей воде до набухания. Во взбитые на холоде сливки влить тонкой струйкой замоченный в воде желатин, затем ввести подготовленные продукты и сахарную пудру. Массу вымешать, уложить горкой на стеклянное блюдо, украсить мелкими бисквитами и до подачи на стол поставить на холод.

На 30 г мака — 10 г ядра ореха грецкого, цедру лимонную, 10 г изюма, 100 г сливок, 3 г желатина, 20 г пудры сахарной.

## Мусс клубничный с белками

Белки смешать с сахаром и клубникой и взбивать не менее 20 минут. Массу выложить в креманку и поставить на лед. Через 2 часа застывший мусс подать на стол, украсив ягодами клубники.

Так же готовят мусс из вишен, предварительно удалив из них косточки, или из земляники.

На 1 белок яичный — 40 г пудры сахарной, 40 г клубники.

## Самбук яблочный

Яблоки разрезать пополам и, удалив сердцевину, уложить на противень. Подлив немного воды, запекать в духовом шкафу в

течение 20—30 минут. Готовые фрукты охладить, протереть сквозь сито, соединить с сахаром, лимонной кислотой и белком. Массу размешать и взбить на льду венчиком. Желатин залить небольшим количеством воды и, непрерывно помешивая, нагреть до 40—45°. Затем процедить и влить тонкой струей во взбитую фруктовую массу, не переставая взбивать ее. Быстро разлить в формочки и поставить на холод. При подаче на стол полить сиропом.

Так же готовят самбук из абрикосов или слив (без косточек), проварив мякоть в воде 10—12 минут.

На 55 г яблок — 15 г сахара, кислоту лимонную, 1 белок яичный, 2 г желатина.

Для сиропа — 5 г вина сухого, 10 г сахара, 15 г воды.

## Самбук фруктовый

Фрукты помыть, нарезать и припустить в небольшом количестве воды. Пюре протереть, соединить с сахаром, белками, замоченным желатином и взбивать на холоде до тех пор, пока масло не увеличится в объеме в 2—3 раза. Быстро разлить в формы и поставить на холод. Приготовить соус: ягоды протереть сквозь сито, полученное пюре развести водой и, добавив сахар, довести до кипения. Затем охладить и добавить вино. (Если используется клюква или черника, то ягоды нужно протереть, залить водой, прокипятить 3—5 минут и процедить; в отвар положить сахар, снова прокипятить, затем охладить.) При подаче на стол полить ягодным соусом.

На 100 г яблок, абрикосов, слив — 25 г сахара, 1 белок яичный, 2 г желатина.

Для соуса — 10 г ягод, 10 г сахара, 5 г вина сухого белого, 20 г воды.

## КРЕМЫ

Кремы готовят из сливок не ниже 20%-й жирности или из сметаны, взбитых в густую пену. Крем, как желе и муссы, можно готовить в вазочках или разлить в специальные формы. Перед подачей на стол крем надо выложить из форм на тарелочки или блюдо. К кремам можно отдельно подавать сладкие соусы из ягод, красного вина, шоколада, кофе, а также фруктово-ягодные

сиропы.

## Крем из сливок

Сливки влить в кастрюлю, поставить на лед или в холодную воду и взбивать металлическим венчиком до образования густой пены (пена должна держаться на венчике). Во взбитые сливки, все время помешивая их, постепенно всыпать сахарную пудру, положить немного ванилина и, не переставая мешать, тонкой струйкой влить растворенный теплый желатин. Желатин предварительно надо намочить в течение 20—25 минут в холодной воде, отжать и, помешивая, растворить в 1/4 стакана кипятка.

На 1 стакан сливок густых — 1/2 стакана пудры сахарной, 10 г желатина, 1/4 порошка ванилина.

## Кремы ванильный, шоколадный и кофейный

Сливки перелить в кастрюлю, поставить на лед или в холодную воду и взбивать металлическим венчиком до образования густой пены, которая должна держаться на венчике. Во взбитые сливки, все время помешивая их, постепенно всыпать сахарную пудру, положить немного ванилина и, не переставая мешать, тонкой струйкой влить растворенный теплый желатин. После этого крем разлить в формы и охладить.

Кремы шоколадный и кофейный готовят таким же способом. Для шоколадного крема 1 ст. ложку какао надо размешать с сахарной пудрой, а для кофейного — желатин растворить в 1/4 стакана крепкого кофейного отвара, приготовленного из 2 чайных ложек натурального кофе.

На 1 стакан сливок густых — 1/3 стакана пудры сахарной, 10 г желатина, 1/4 порошка ванилина.

## Крем ягодный

Свежие или замороженные ягоды (землянику, малину) перебрать, промыть в холодной воде и протереть сквозь сито. Полученное пюре перемешать с сахарной пудрой. Сливки процедить в кастрюлю, поставить на лед или в холодную воду и взбивать металлическим венчиком до образования густой пены. Во взбитые сливки положить протертые с сахаром ягоды и хорошо

размешать, затем, не переставая размешивать, влить тонкой струйкой растворенный теплый желатин. Полученный крем быстро разлить в формы.

На 1 стакан сливок — 3/4 стакана пудры сахарной, 1/2 стакана ягод, 10 г желатина.

## Крем ореховый

Желтки растереть с сахаром, развести кипяченым молоком и прогреть, не доводя до кипения. Ядра орехов слегка подсушить в духовом шкафу, очистить от шелухи, истолочь, посыпать сахаром и положить в яично-молочную смесь. Размешать, ввести взбитые сливки и замоченный желатин, быстро разлить в формочки и поставить на холод.

На 45 г сливок — 1 желток яичный, 15 г сахара, 20 г молока, 5 г ядра ореха грецкого, 2 г желатина.

## Крем творожный

Муку развести холодным молоком и проварить до загустения. Желток растереть с сахаром, сырковой массой и ванилином, ввести в остывший крем и добавить растворенный в воде желатин. Крем осторожно вымешать со взбитыми белками, выложить в стеклянные вазочки и поставить на холод. Подавать с фруктовым соком.

На 40 г молока — 30 г муки, 1 желток яичный, 40 г сахара, 100 г массы сырковой, 1 г желатина, ванилин.

## Крем лимонный со сливками

Желток растереть с сахаром добела; ввести половину замоченного в вине и растворенного на пару желатина, взбитый белок, лимонный сок и цедру. Массу взбить венчиком, выложить в смоченную холодной водой и посыпанную сахарной пудрой форму. Отдельно взбить сливки на холоде с добавлением сахарной пудры и ванилина. Влив оставшуюся часть желатина, массу выложить в смоченную холодной водой и посыпанную сахарной пудрой неглубокую форму.

Перед подачей на стол застывший лимонный крем осторожно отделить ножом от стенок формы, переложить на круглую тарелку и посыпать тертым шоколадом. Вокруг ложечкой

выложить сливки, украсив их ягодами из варенья.

На 30 г сахара — 1 яйцо, 18 г вина десертного белого, 3 г желатина, 1/2 лимона, 30 г пудры сахарной, 60 г сливок, 10 г шоколада.

## Крем-брюле

Кусковой сахар положить в кастрюльку, слегка смочить водой, поставить на огонь и довести до светло-коричневого цвета, влить воду и проварить. Крахмал смешать с молоком, сахаром-песком и, помешивая, довести до кипения; в смесь влить жженый сахар. Белки взбить, осторожно перемешать с горячим кремом и растворенным желатином. Крем разложить в стеклянные вазочки и поставить на холод.

На 25 г сахара-рафинада — 125 г воды, 15 г крахмала, 100 г молока, 10 г сахара-песка, 1 белок яичный, 3 г желатина.

## Крем-мокко

Желтки растереть с сахаром добела и разбавить горячим кофе. Смесь проварить на пару до густоты жидкой сметаны. Охладив, добавить ванилин, мадеру и растворенный теплый желатин. Остывшую массу осторожно перемешать со взбитыми сливками, переложить в смоченную водой форму и поставить на холод.

На 20 г сахара — 1 желток яичный, 100 г кофе жареного молотого, 3 г желатина, ванилин, 20 г вина мадера, 80 г сливок.

## Сливки взбитые с сахаром

В кастрюлю влить густые сливки, поставить на лед или в холодную воду и взбивать металлическим или деревянным венчиком до образования густой пены. Затем положить в них сахарную пудру и ванилин или ванильный сахар, размешать и тут же подавать на стол, иначе сливки могут отстояться и сделаться жидкими. Взбитые сливки можно подавать со свежими ягодами, с мороженым, бисквитом.

На 1 стакан сливок — 3 ст. ложки пудры сахарной.

### Сливки взбитые с орехами

Сливки взбить с сахаром и ванилином, соединить с толчеными жареными орехами и осторожно перемешать. Выложить в креманки и украсить орехами, охладить.

Вместо орехов можно положить какао или засахаренные фрукты, или фруктово-ягодное варенье.

На 100 г сливок — 15 г сахара, 20 г ядра ореха грецкого или 5 г какао, или 25 г фруктов засахаренных, или 30 г варенья фруктово-ягодного у ванилин.

### «Птичье молоко»

Молоко вскипятить с ванилью в широкой кастрюле. Белки взбить с сахарной пудрой в плотную пену. Столовой ложкой набирать белки и, придавая комочкам чайной ложкой округлую форму, выкладывать их в слабо кипящее молоко. Не следует класть в кастрюлю одновременно более 4—5 «снежков». Проварив 2 минуты, «снежки» перевернуть и прогреть еще столько же. Выложить шумовкой на сито. Во время варки нужно внимательно следить за молоком: при сильном кипении белки могут опасть.

Желтки растереть с сахаром, мукой и осторожно развести процеженным молоком. Проварить, помешивая, до загустения. Крем охладить, ароматизировать ромом и вылить на блюдо. Сверху положить «снежки».

«Птичье молоко» можно варить не в молоке, а в воде. Крем можно приготовить с добавлением какао.

На 170 г молока — 1 яйцо, 20 г пудры сахарной, ваниль, 35 г сахара, 5 г муки, 54 г рома.

## МОРОЖЕНОЕ, ПАРФЕ

Пищевая промышленность вырабатывает высококачественное мороженое в разнообразном ассортименте — сливочное, шоколадное, фруктовое. Кроме обычного мороженого, изготовляются пломбиры разных сортов и торты из мороженого. Однако мороженое можно приготовить и дома. Для этого необходимо иметь специальный сосуд с крышкой — мороженицу и кадку соответствующего размера для заполнения смесью колотого льда с солью.

Мороженое можно приготовить двух основных сортов: сливочное и фруктово-ягодное. Сливочное готовят из молока или

сливок, сахара и яиц с добавлением ароматических и вкусовых веществ, фруктово-ягодное — из соков и пюре различных фруктов, ягод и сахара. Сахар в мороженое надо класть в строго определенном количестве, так как на качество мороженого в одинаковой мере влияет как излишек, так и недостаток сахара.

При подаче на стол мороженое можно украсить разными консервированными фруктами, печеньем, а также полить сверху вареньем, ягодным сиропом или фруктовым соком и разными ликерами и винами.

Парфе представляет собой разновидность мороженого. Готовят его из густых сливок, яично-молочной смеси, ванилина, кофе, какао, орехов, фруктово-ягодного пюре. Способ приготовления такой же, как сливочного мороженого. Парфе разливают в специальные гофрированные формочки и плотно закрывают крышками или прокладками из белой бумаги. Во избежание попадания рассола внутрь форм края крышки смазывают жиром.

Непосредственно перед подачей на стол формы опускают в теплую воду (50—60°) и выкладывают содержимое в вазу или на блюдо.

## Мороженое сливочное

Желтки яиц вбить в кастрюлю, смешать с сахаром и ванилью, растереть и развести горячими сливками или молоком, после чего поставить на огонь и варить, все время помешивая деревянной лопаточкой. Когда смесь слегка загустеет и с поверхности исчезнет пена, кастрюлю снять с огня, массу процедить сквозь сито и охладить. Охлажденную массу вылить в форму мороженицы, накрыть ее крышкой, обложить наколотым льдом, смешанным с солью (на каждые 6—7 кг льда — 1 кг соли), уплотнить его и вращать мороженицу.

В процессе замораживания нужно добавлять лед и спускать воду. Замораживание продолжается 30—40 минут.

Когда мороженое станет густым, открыть форму, вынуть лопасти, оправить, накрыть крышкой и дать мороженому постоять час, чтобы оно окрепло. При подаче на стол мороженое разложить в вазочки.

На 3 стакана сливок или молока — 1,25 стакана сахара, 3 яйца, 1/4 порошка ванилина.

## Мороженое из ягод

Землянику, малину (свежие или замороженные) перебрать, промыть в холодной воде, протереть сквозь сито в фаянсовую или фарфоровую посуду. Сахар всыпать в кастрюлю, залить водой, вскипятить и охладить. Охлажденный сироп перелить в форму мороженицы, положить туда же ягодное пюре и хорошо его размешать. Замораживается ягодное мороженое так же, как и сливочное.

На 500 г ягод — 1,5 стакана сахара, 2 стакана воды.

## Мороженое молочное

Молоко вскипятить с сахаром. Яйца взбить венчиком и постепенно влить в теплое молоко, непрерывно размешивая. Массу поставить на огонь и прогревать, не доводя до кипения, пока не загустеет. Сняв с огня, слегка охладить, размешать с ванилином, процедить сквозь сито и поставить в морозильник.

На 200 г молока — 60 г сахара, 2 желтка яичных, ванилин.

## Пломбир сливочный

Яйца растереть с сахаром и сгущенным молоком, развести кипяченым молоком и сливками. Размешав, добавить набухший желатин и нагреть до 80°. В дальнейшем готовить так, как сливочное мороженое.

На 10 г молока — 65 г сливок, 1/2 яйца, 5 г сахара, 25 г молока сгущенного, 0,5 г желатина, сахар ванильный.

## Мороженое под шоколадно-ореховым соусом

Орехи положить в кипящую воду, через 4—5 минут, сняв шелуху, подсушить ядра в духовом шкафу до золотистого цвета и истолочь. Соединить с сахаром и какао. Массу растереть, развести кипящими сливками, размешать и охладить. Полученным соусом полить шарики мороженого перед подачей на стол.

На 100 г мороженого сливочного или шоколадного — 6 г орехов грецких, 10 г сахара, 3 г какао-порошка, 15 г сливок.

## Мороженое «Коньячный аромат»

Приготовить соус: желтки взбить с добавлением мускатного ореха и сахара. Массу развести горячим молоком и, непрерывно помешивая, проваривать, пока она не приобретет консистенцию сливочного мороженого. Охладить и влить коньяк. Полученным соусом полить мороженое перед подачей на стол.

На 100 г мороженого сливочного или пломбира сливочного — 20 г молока, 1/5 желтка яичного, 5 г коньяка, 0,1 г ореха мускатного.

## Пломбир яблочный

Сливки размешать с сахаром и желтками. Смесь слегка прогреть на очень слабом огне, разлить в формочки и поставить в холодильник. Яблоки испечь и протереть. Охлажденные сливки взбить, соединить с яблочным пюре и полузамерзшей смесью, размешать и поставить на холод.

На 300 г сливок — 60 г сахара, 2 желтка яичных, 100 г яблок:

## Парфе ягодное

Охлажденные сливки взбить на льду в стойкую пену. Ягоды промыть и протереть сквозь сито. Пюре прогреть с сахаром, не доводя до кипения, затем охладить и ввести во взбитые сливки. Добавив лимонную кислоту, смесь разлить в формы. Закрыть их плотно крышками, прокладывая бумагу и промазывая края жиром. Поставить в глубокую посуду и засыпать смесью колотого льда с солью (на 1 кг льда — 150—200 г соли). Замораживать в течение 90—120 минут.

На 100 г сливок — 25 г ягод свежих, 25 г сахара, кислоту лимонную.

## Парфе ванильное или ореховое

Желтки растереть с сахаром. Добавив ванильный сахар или толченые орехи, смесь развести горячим молоком, проварить до загустения и процедить. Затем ввести взбитые сливки. Массу размешать, разлить в формы и заморозить.

На 70 г сливок — 1/4 яйца, 15 г сахара, 15 г молока, сахар ванильный или 10 г орехов грецких.

### Парфе шоколадное или кофейное

В растертые с сахаром желтки всыпать какао-порошок, шоколад или кофе. Массу развести горячим молоком, соединить со взбитыми сливками. Разлить в подготовленные формы и заморозить.

На 70 г сливок — 1/4 яйца, 15 г сахара, 3 г какао-порошка или шоколада, или 4 г кофе натурального, 15 г молока.

## ПУДИНГИ, СУФЛЕ И ДРУГИЕ СЛАДКИЕ БЛЮДА

### Пудинг рисовый

Перебранный и хорошо промытый рис положить в кипящую воду. После 10 минут кипения рис надо откинуть на сито, дать стечь воде, затем положить его обратно в кастрюлю, залить горячим молоком и варить еще 15 минут, после чего слегка охладить. Яичные желтки растереть с сахаром, добавить ванилин и смешать со сваренным рисом. Туда же положить кусочки цуката, промытый изюм, сливочное масло, очищенные и мелко нарезанные орехи и яичные белки, взбитые в густую пену. Все это хорошо перемешать. Приготовленную массу выложить в специальную форму или на сковороду, смазанную маслом и посыпанную сухарями, и поставить на 30—40 минут в духовой шкаф или в печь со средним жаром.

Перед подачей на стол пудинг из формы выложить на блюдо. Отдельно в соуснике можно подать фруктовый или ягодный соус.

На 1 стакан риса — 1 стакан сахара, 100 г масла сливочного, 2 стакана молока, 4 яйца, 50 г цуката, 100 г изюма, 1/4 порошка ванилина.

### Пудинг ореховый

Мякиш белого хлеба намочить в молоке. Орехи слегка подсушить, очистить от скорлупы и пропустить через мясорубку. Яичные желтки растереть с сахаром и соединить с ореховой массой, намоченным в молоке белым хлебом и растопленным

сливочным маслом. Все это хорошо перемешать, добавить взбитые яичные белки и выложить в специальную форму или на сковороду, смазанную маслом и посыпанную сухарями.

Пудинг нужно выпекать в духовом шкафу или в печи со средним жаром в продолжение 30—40 минут. Готовый пудинг из формы выложить на блюдо и подать горячим. Сверху можно полить ванильным соусом или подать соус отдельно.

На 150 г орехов грецких — 3 яйца, 250 г хлеба белого, 3/4 стакана сахара, 1,5 стакана молока, 100 г масла сливочного.

## Пудинг сметанный со взбитыми сливками

Сметану положить в кастрюлю, взбить венчиком в пену, добавляя во время взбивания яичные желтки, просеянную муку, ванилин и сахар. В конце взбивания в эту массу добавить взбитые в пену белки, выложить в форму, поставить в духовку и запекать. Пудинг подать на стол со взбитыми сливками.

На 2 стакана сметаны — 6 яиц, 2 ст. ложки муки, ванилин, 4 ст. ложки сахара. Для взбитых сливок — 1 стакан сливок, 2 ст. ложки пудры сахарной.

## Пудинг шоколадный на молоке

Растертый шоколад, картофельную или пшеничную муку положить в кастрюлю, хорошо размешать со сливочным маслом и развести, понемногу помешивая, теплым молоком. Кастрюлю с массой поставить на слабый огонь и, все время помешивая, дать ей загустеть. После этого кастрюлю снять с плиты, массу охладить, положить растертые с 1 чайной ложкой сахара желтки и взбитые в пену белки, осторожно перемешать, выложить в смазанную сливочным маслом форму и запекать в течение 20 минут при умеренной температуре.

Подавать на стол со сливками.

На 3 стакана молока — по 4 ст. ложки муки, шоколада тертого и сахара, 1 ст. ложку масла сливочного, 6 яиц.

## Суфле ягодное или фруктовое

Ягоды промыть, протереть сквозь сито, соединить с сахаром и

варить до густоты сиропа. Абрикосы, сливы, вишни, удалив косточки, припустить в небольшом количестве воды, протереть сквозь сито. Яблоки, удалив сердцевину, положить на смазанный маслом противень, сбрызнуть водой, испечь, охладить и протереть сквозь сито. Готовое фруктовое пюре соединить с сахаром и, помешивая, проварить до загустения. Белки взбить венчиком в плотную пену и ввести в горячий сироп или пюре, быстро помешивая, чтобы они равномерно заварились. После этого заправить лимонной кислотой. Массу выложить на сковороду, смазанную маслом. Выпечь в духовом шкафу и тотчас же подать на стол, посыпав сахарной пудрой. Отдельно подать холодное молоко.

На 100 г ягод или фруктов — 35 г сахара, 3 белка яичных, 2 г масла сливочного, 5 г пудры сахарной, 150 г молока или сливок, кислоту лимонную.

## Суфле ванильное

Сахар, муку, масло и 1 желток растереть до получения однородной консистенции. Массу поставить на средний огонь; влив молоко и непрерывно помешивая, довести до кипения. Через 10—15 минут положить ванилин, снять с огня и помешивать с полчаса, чтобы не образовалась корочка. В чуть теплую массу вбить еще 1 желток; затем ввести белки, взбитые в густую пену с добавлением сахарной пудры. Осторожно размешав, массу выложить в форму, смазанную маслом и подпыленную мукой, и выпекать 20—25 минут при температуре 200—250°.

На 30 г сахара — 8 г муки, 2 г масла сливочного, 2 яйца, 40 г молока, ванилин, 5 г пудры сахарной, 150 г молока или сливок.

## Суфле шоколадное или ореховое

Желтки растереть с сахаром, затем всыпать просеянную муку, ванилин, какао или толченые орехи. Смесь развести горячим молоком и, непрерывно помешивая, проварить до загустения. Затем процедить, соединить со взбитыми белками, выложить на смазанную маслом сковороду и выпекать в духовом шкафу 12—15 минут при температуре 200— 250°. Подать к столу, посыпав сахарной пудрой. Отдельно подать холодное молоко.

Какао-порошок можно заменить тертым шоколадом.

На 35 г сахара — 2 яйца, 15 г муки, 50 г молока, 5 г масла сливочного, ванилин, 25 г какао-порошка или орехи грецкие, 10 г пудры сахарной, 150 г молока или сливок.

## Суфле из сухофруктов или чернослива

Сушеные фрукты отварить, добавив сахар. Процедить, протирая, и смешать с желтком, растертым с сахаром. Всыпать просеянную муку. Затем ввести взбитые белки, осторожно перемешать и выложить в сковороду, смазанную маслом. Посыпать сахаром, сбрызнуть растопленным маслом и запечь в духовом шкафу. Отдельно подать молоко или сливки.

На 180 г сухофруктов или чернослива — 45 г сахара, 30 г муки, 1 яйцо.

## Гурьевская каша

В кипящее молоко положить сахар и ванилин. После этого постепенно всыпать манную крупу и, помешивая, варить в течение 10 минут. В сваренную кашу положить масло и сырые яйца, все это хорошо перемешать и выложить на сковороду, предварительно смазанную сливочным маслом, посыпать сахаром и поставить в горячий духовой шкаф. Когда образуется светло-коричневая корочка, каша будет готова.

При подаче на стол кашу украсить консервированными фруктами, полить сладким соусом и посыпать поджаренным миндалем.

На 3/4 стакана крупы манной — 2 яйца, 1/2 стакана сахара, 2 стакана молока, 2 ст. ложки масла сливочного, 50 г миндаля, 1/2 порошка ванилина, 1/2 банки фруктов консервированных.

## Яблоки в слойке

Приготовить слоеное тесто. На доске, посыпанной мукой, тесто раскатать толщиной 0,5 см и нарезать на квадратики такой величины, чтобы в них можно было завернуть яблоко. Яблоки промыть, очистить от сердцевины, в образовавшееся углубление насыпать сахарный песок, разложить на квадратики теста, после чего края его соединить, обсыпать сахаром и уложить на

железный лист, смоченный водой. Для украшения на каждое яблоко положить тонкий кусочек теста, вырезанный в виде листика или звездочки, смазав его сверху яйцом, и поставить в жаркий духовой шкаф. Через 10—15 минут, когда тесто сверху зарумянится, жар надо убавить и продолжать выпечку еще 8—10 минут. Готовые яблоки осторожно снять с листа лезвием тонкого ножа и уложить на тарелку или блюдо, посыпав сверху сахарной пудрой. Подавать яблоки можно в горячем и холодном виде.

На 500 г теста — 6—8 яблок, 3/4 стакана сахара, 2 ст. ложки пудры сахарной, 1 яйцо.

## Яблоки в желе

Яблоки очистить от кожицы и сердцевины, разрезать пополам, отварить в сахарном сиропе до мягкости, вынуть и охладить. В горячем сиропе растворить предварительно замоченный в воде желатин; добавив лимонный сок или лимонную кислоту, поставить на холод. Половинки яблок уложить в салатник, наполнить вареньем или мармеладом и залить полузастывшим желе.

На 80 г яблок — 20 г сахара, 100 г воды, 4 г желатина, 2 г сока лимонного, 15 г варенья или мармелада.

## Яблоки-безе

Яблоки очистить от кожицы и сердцевины, отварить в воде, охладить и выложить на кусочки бисквита. Белки взбить и заварить густым сахарным сиропом. Массу выпустить из кондитерского мешочка на яблоки. Запечь в духовом шкафу. Подать, полив клубничным соусом.

На 150 г яблок — 20 г бисквита, 1 яйцо, 30 г сахара, 20 г соуса клубничного.

## Шарлотка из яблок

В глубокую сковороду, смазанную маслом, насыпать слой толченых сухарей. На них поместить мелко нарезанные яблоки, пересыпав их сахаром и кусочками масла, затем снова слой сухарей и т.д. Сверху засыпать сахаром, положить кусочки масла. Запекать под крышкой в духовом шкафу 20—25 минут. Когда

яблоки станут мягкими, а сухари пропитаются соком, шарлотку вынуть. Подать в той же посуде, в горячем или холодном виде, с холодными сливками или молоком.

На 200 г яблок антоновских — 30 г сухарей ржаных, 60 г сахара, 20 г масла сливочного.

## Десерт яблочный

Яблоки одинаковой величины очистить от кожуры и сразу же положить в лимонную воду, чтобы не потемнели. Достав яблоко из лимонной воды, вырезать сердцевину и опустить в сахарный сироп. Когда все яблоки будут подготовлены, варить их на слабом огне до полуготовности. В посуду положить панировочные сухари, залить их ромом и сверху уложить полусваренные яблоки. В отверстие каждого яблока положить фруктовое повидло. Приготовить крем из крепкой пены яичных белков и сахара и при помощи кондитерского мешочка с круглым наконечником украсить этим кремом яблоки в виде спирали, а сверху на каждом яблоке сделать маленький хвостик. Посуду с яблоками поставить в духовой шкаф и выпекать до коричневого цвета.

На 2 яблока — сок лимонный, 1 белок яичный, сахар, рому повидло фруктовое или джем.

## Груши «Ришелье»

Рассыпчатый отварной рис размешать с маслом и миндалем. Груши, очищенные от кожицы и сердцевины, нарезать ломтиками. Половину риса выложить в глубокую форму, смазанную маслом и посыпанную мукой. Затем положить слоями груши и пюре из абрикосов. Накрыть оставшимся рисом. Желтки растереть с сахаром и перемешать со взбитыми белками. Рис залить яичной массой и посыпать сахаром. Зарумянить в духовом шкафу. Подать со сливками или молоком.

На 200 г груш сочных — 50 г риса, 5 г масла сливочного, 30 г миндаля сладкого, 1/2 яйца, 30 г пюре из абрикосов, 25 г сахара, 10 г муки.

## Груши в шоколадном соусе

Груши, очищенные от кожицы и сердцевины, отварить в подкисленной воде, вынуть и положить в теплый сахарный сироп.

Песочное тесто раскатать в пласт и выемкой вырезать 2 лепешки. Из одной вырезать середину, чтобы получилось кольцо. Изделия выпечь в духовом шкафу и смазать повидлом. Кольцом накрыть лепешку и посыпать ее рубленым поджаренным миндалем. В середину кольца поставить вареную грушу. Полить шоколадным соусом и подать в горячем виде.

На 140 г груш — для теста: 25 г муки, 5 г сахара, 1/8 яйца, 10 г масла сливочного.

Для соуса — 20 г какао-порошка, 30 г сахара, 5 г масла сливочного, 15 г повидла, 20 г миндаля.

## Фрукты в сиропе

Яблоки и груши очистить от кожицы и сердцевины, нарезать дольками и припустить в сахарном сиропе с лимонным соком и вином. Добавив виноград, фрукты выдержать в сиропе 2 часа, затем выложить в вазочки, залить сиропом и покрыть взбитыми сливками.

На 100 г яблок и 100 г груш — 50 г сахара, 100 г воды, сок лимонный, 20 г вина сухого белого, 80 г винограда, 50 г сливок.

## Персики в креме

Надрезав на персиках кожицу, положить их в дуршлаг и на 1—2 минуты опустить в горячую воду. После этого очистить от кожицы и отварить на слабом огне в сиропе до прозрачности. Вынуть косточки. Сварить крем: желтки растереть с сахаром, добавить муку и нарезанное кусочками масло; массу развести молоком и варить на паровой бане, помешивая, до загустения. Ввести ванилин. Слой крема выложить в ‘огнеупорную формочку, посыпать толчеными орехами, затем положить ряд персиков, слой крема и т.д. Запечь в духовом шкафу. Подать на стол в горячем виде в той же посуде, украсив свежими фруктами.

На 80 г персиков — 30 г ядра ореха грецкого, 40 г сахара для сиропа.

Для крема — 1,5 желтка яичного, 10 г муки, 20 г масла сливочного, ванилин.

## Крокеты фруктовые

Дыню нарезать мелкими кубиками, засыпать сахаром, залить коньяком, накрыть и выдержать на холоде 8—10 часов. Муку смешать с крахмалом и развести холодным молоком. Смесь влить в кипящее молоко, прогреть до загустения и охладить. Масло слегка растереть с сахаром; постепенно добавляя молочную смесь, массу взбить в пышный крем и заправить ванилином. Дыню и фрукты, нарезанные такими же кубиками, соединить с кремом. Смесь охладить, ложкой разделать на шарики, обкатать их в толченых орехах и уложить пирамидкой на плоское блюдо.

До подачи на стол крокеты нужно подержать в холодильнике.

На 60 г дыни, 40 г груш, 120 г ананаса консервированного — 60 г сахара, 10 г коньяка, 10 г муки, 10 г крахмала картофельного, 60 г молока, 50 г масла сливочного, 1/2 желтка яичного, 40 г орехов грецких, ванилин.

## Чернослив, фаршированный творогом

Чернослив отварить и, удалив косточки, нафаршировать перетертым с сахаром творогом. Выложить горкой на небольшую сковороду и запечь в духовом шкафу. Готовый чернослив полить ликером, посыпать орехами и подать в горячем виде.

На 200 г чернослива — 80 г творога, 60 г сахара, 20 г ликера, 40 г ореха грецкого.

## Чернослив в сметане с орехами

Промытый чернослив залить небольшим количеством горячей воды и довести до кипения. Сняв с огня, выдержать под крышкой до набухания. Из остывшего чернослива вынуть косточки. Сметану взбить в стойкую пену; добавив сахарную пудру и половину толченых поджаренных орехов, массу слегка перемешать. Чернослив положить в креманки, сверху выложить взбитую сметану и посыпать орехами.

На 60 г чернослива — 30 г сметаны или 40 г сливок, 25 г пудры сахарной, 10 г ядра ореха грецкого.

## Апельсины с сахаром и вином

Апельсины очистить от кожицы и нарезать кружочками (мандарины разделить на дольки). Уложить горкой в вазочку, посыпать сахаром и залить вином.

На 100 г апельсинов или мандаринов — 40 г сахара, 10 г муската розового или портвейна.

## Кожура апельсиновая в сахаре

Апельсиновую кожуру нарезать тонкими длинными ломтиками и вымачивать в холодной воде в течение 3 суток, меняя воду по 3 раза в день. Затем кожуру вымачивать в холодной воде еще 36 часов, сменив за это время воду 1 раз, через 18 часов. В следующие 2 дня ломтики кипятить по 1 разу в день и каждый раз после кипячения воду сцеживать, а кожуру перекладывать в свежую холодную воду. Затем бросить апельсиновые ломтики в горячий сахарный сироп на 4 суток. По истечении этого срока сироп немного подогреть, вынуть апельсиновые ломтики, обкатать их в сахаре, откинуть на сито и высушить.

Таким же образом можно приготовить апельсиновую кожуру в шоколаде.

## Орех в тесте

3 яичных желтка, сахар и уксус вымешивать деревянной лопаточкой в течение 15—20 минут. На смазанный маслом и посыпанный мукой противень выложить чайной ложкой тесто в виде маленьких бугорков. На каждый бугорок положить по 1/2 ореха, а сверху— снова тесто. Изделия сушить в заранее разогретом духовом шкафу при низкой температуре.

На 375 г пудры сахарной — 3 желтка яичных, 2 чайные ложки уксуса, орехи грецкие (ядро).

## Шарики шоколадные

Молотое ядро ореха, сахарную пудру, целое яйцо, ром и какао хорошо вымешать и, смочив руки, сформовать шарики. Когда они немного подсохнут, обкатать их в смеси сахара и какао-порошка.

На 160 г молотого ядра ореха грецкого — 120 г пудры сахарной, 1 яйцо, 3 ст. ложки рома, 20 г какао.

## СЛАДКИЕ СОУСЫ

### Соус ванильный

Сахар хорошо растереть с яичными желтками и мукой. Эту массу развести горячим молоком и, непрерывно помешивая, варить соус до кипения. Как только соус загустеет, снять его с огня, процедить сквозь сито и добавить ванилин.

На 1,5 стакана молока — 2 яйца, 1/2 стакана сахара, 1/2 порошка ванилина, 1 чайную ложку муки.

### Соус из ягод с вином

Перебранные и промытые ягоды (клубнику, малину, землянику, смородину) протереть сквозь сито. В кастрюлю всыпать сахар, влить 1/4 стакана воды, вскипятить и снять накипь. В горячий сироп прибавить вино, подготовленное пюре из ягод и, помешивая, довести до кипения. Готовый соус подать в горячем или холодном виде.

На 1 стакан ягод — 1 стакан сахара, 1/4 стакана вина красного или белого.

### Соус шоколадный

Яичные желтки хорошо растереть с сахаром, добавить какао и муку, размешать, развести горячим молоком и поставить на огонь. Непрерывно помешивая, варить соус до кипения. Как только соус загустеет, снять его с огня и процедить сквозь ситечко.

На 1,5 стакана молока — 2 яйца, 1/2 стакана сахара, 1 ст. ложку какао, 1 чайную ложку муки.

### Соус из мармелада

Фруктовый мармелад положить в кипящую воду. Размешав, ввести разведенный крахмал, сахар и вино. Довести до кипения и охладить. Вместо воды можно использовать настой шиповника. Вино добавляется красное или белое, в зависимости от цвета мармелада.

На 500 г мармелада — 450 г воды, 30 г крахмала картофельного, 200 г вина, сахар.

## Соус ванильный

Желтки растереть с сахаром добела и постепенно развести молоком, вскипяченным с ванилью. Соус прогреть на водяной бане до загустения.

На 900 г молока — 2 желтка яичных, 150 г сахара, ваниль.

## Соус яичный

Яйца и желтки взбить с сахаром. Добавив тертую цедру, массу постепенно развести горячим вином, непрерывно взбивая венчиком на слабом огне до тех пор, пока соус не станет пышным. Использовать тотчас после приготовления.

На 8 желтков яичных и 4 белка яичных — 200 г пудры сахарной, 700 г вина десертного белого, 1 лимон.

# ХОЛОДНЫЕ И ГОРЯЧИЕ НАПИТКИ

## ЧАЙ

Чай следует хранить в сухом месте, в плотно закрытой чайнице, вдали от всего, что имеет сильный запах. Перед заваркой надо сполоснуть чайник кипятком, чтобы он был теплым, а затем, засыпав чай (1 чайную ложку на 6—8 стаканов чая), налить свежий, крутой кипяток сначала не более чем на 2/3 объема чайника. После заварки необходимо продержать чайник накрытым (салфеткой или полотенцем) 5—6 минут, чтобы чай настоялся, потом долить его кипятком и разлить в стаканы, соблюдая дозировку по вкусу.

Нельзя ставить для заварки чайник на огонь — этим безусловно испортится вкус чая. Если заваривать чай подогретой кипяченой водой, а не свежевскипяченной, чай также будет невкусен.

### Чай холодный с фруктовым или ягодным соком

Приготовить холодный чай. Затем добавить на каждый стакан 2 ст. ложки виноградного, вишневого или смородинового сока и разлить в бокалы или чашки, в которые положены кусочки льда, добавив по ломтику лимона.

### Чай с молоком

Чай залить кипятком и настоять 5 минут. В хорошо прогретые чашки налить горячее молоко и добавить чайный настой.

### Чай лимонный шипучий

В крепкозаваренный чай положить лимон, ром, сахар, размешать и охладить. Затем процедить, слить в бутылку, добавить сильно газированную минеральную воду, быстро и плотно закупорить и поставить в холодное место.

### Чай-пунш

Чай смешать с гвоздикой, залить кипятком и настоять 4 минуты. Затем размешать, процедить, добавить фруктовые соки,

ананас, нарезанный ломтиками, и сахар. Полученную смесь поставить на огонь и нагреть, не доводя до кипения.

### Чай брусничный

Сухие листья брусники залить кипятком и настоять. Подавать горячим или холодным.

### Чай по-узбекски

Зеленый чай засыпать в хорошо нагретый чайник, налить немного кипятка и поставить на 2 минуты в открытый духовой шкаф. Затем влить кипяток до половины чайника, накрыть его салфеткой. Через 2—3 минуты облить чайник сверху кипятком, долить до 3/4 объема, настоять еще 3 минуты и долить доверху.

### Чай с черным перцем и медом

Готовить, как обычный черный чай, добавив раздавленные горошины черного перца и мед. Смесь положить в заварочный чайник и залить кипятком.

### Чай по-шведски

В кипящее молоко добавить сахар и залить им сухую заварку чая. Охладить и подать.

### Чай яичный

Белки отделить от желтков. Желтки растереть с сахаром и взбивать, затем взбить яичные белки, соединить с желтками, добавить лимонный сок и тщательно взбить снова. К полученной смеси добавить чай и на водяной бане снова взбивать до образования пены. Разлить в предварительно нагретые чашки.

## КОФЕ

Натуральный жареный кофе желательно размалывать перед самой варкой, чтобы он сохранил свой аромат. Молотый кофе можно смешать с цикорием (на 4 части кофе — 1 часть цикория). Любители добавляют, кроме цикория, небольшое количество размолотых сухих винных ягод.

Кроме натурального, можно взять ячменный и желудевый кофе. Эти сорта кофе рекомендуется смешивать с натуральным (на 4 ложки желудевого или ячменного — 1 ложку натурального).

## Кофе с молоком или сливками

Молотый кофе (1 полная чайная ложка на стакан воды) положить в кофейник со вставленной в него сеткой или мешочком из фланели, залить кипятком, поставить на огонь и довести до кипения. Как только вода закипит, кофейник снять с огня и кофе разлить в стаканы или кофейные чашки, не доливая примерно на 1/5 часть.

Отдельно подать кипяченое молоко или сливки, сахар и сухое печенье.

## Кофе по-восточному

Мелко смолотый натуральный кофе сварить с сахаром в специальной кофеварке-турке. Подать на стол, не процеживая. Отдельно подать охлажденную кипяченую воду.

## Кофе с медом

Сварить черный кофе. Процедив, жидкость смешать с лимонным соком и медом, разлить в подогретые чашки и тотчас подать на стол.

## Кофе с мороженым (гляссе)

В сваренный и процеженный черный кофе положить сахар. Напиток охладить. Непосредственно перед подачей на стол разлить и в каждый стакан или бокал опустить шарик мороженого.

## Кофе по-литовски

Сварить черный кофе. Процедив, положить сахар и вновь довести до кипения. Разлить в чашки, добавить коньяк, сверху положить взбитые сливки и посыпать их сахаром. Чашки поставить на несколько минут в духовой шкаф. Когда на белке образуется золотистая корочка, кофе подать на стол.

### Кофе «Огонек»

Сварить черный кофе. Процедив, разлить его в маленькие нагретые чашки (до 3/4 их высоты). Положить в каждую кусочек сахара, размешать, влить ром или коньяк, зажечь и подать на стол.

### Напиток кофейный «Мокко»

Желток взбить с густым сахарным сиропом. Посуду со смесью поставить на слабый огонь. Не прекращая взбивание, влить горячий, очень крепкий кофе. Как только образуется пена, напиток разлить в чашки и тотчас подать на стол.

## НАПИТКИ ИЗ КАКАО И ШОКОЛАДА, ГОГОЛЬ-МОГОЛЬ

### Какао

Какао в порошке положить в кастрюлю (из расчета 1 чайная ложка на стакан какао), добавить 2 чайные ложки сахара на стакан, хорошо перемешать его с какао, влить немного кипятка или горячего молока и тщательно растереть, чтобы не было комков. В растертое какао влить, непрерывно помешивая, горячее молоко, дать ему закипеть, снять с огня и разлить в стаканы или чашки.

### Какао со взбитыми сливками

Сварить какао, как указано выше, разлить в стаканы, заполнив их на 3/4 и положить сверху 1 ст. ложку сливок, взбитых с сахарной пудрой.

### Какао с яичным желтком

Сварить какао, как указано выше. Сырые яичные желтки (1/2 желтка на стакан какао) растереть с сахаром и развести небольшим количеством какао, влить в кастрюлю с подготовленным какао и взбить венчиком. После этого какао немедленно разлить в стаканы или чашки и подать.

### Шоколад

Шоколад в порошке (из расчета 1 чайная ложка на стакан) смешать с сахарным песком, влить немного кипятка или горячего молока и тщательно растереть, чтобы не было комков. Тонкой струйкой, непрерывно помешивая, влить горячее молоко и довести до кипения. Подавая на стол, разлить в стаканы или чашки.

## Напиток шоколадный по-венски

Шоколад распустить в горячей воде, добавить сахар и варить, непрерывно помешивая, до образования однородной массы, затем охладить. В охлажденную смесь ввести желток, поставить на слабый огонь или водяную баню и, помешивая, нагреть до 70°. Снять с огня и взбить.

Подать охлажденным со взбитыми сливками.

## Напиток шоколадный по-бразильски

Растопить шоколад в воде и ввести постепенно, тонкой струйкой, горячее подслащенное молоко и сваренный черный кофе. Разлить в стаканы и подавать горячим или холодным.

## Гоголь-моголь

Гоголь-моголь можно приготовить различно, во всех случаях получая высокопитательный и вкусный напиток.

*Способ 1*. Слегка взбить 1 яйцо, добавить 1 ст. ложку сахара, 2 ст. ложки вина, немного соли. Все это тщательно перемешать, влить 3/4 стакана молока и процедить. Вместо вина можно добавить немного тертого мускатного ореха.

*Способ 2*. Взбить 1 яичный желток, добавить 1 ст. ложку сахара, немного соли, 2 ст. ложки вина и 2/3 стакана молока. Все это перемешать, процедить и соединить со взбитым яичным белком. Перед подачей на стол еще раз хорошо перемешать.

*Способ 3*. Смешать 1 яичный желток, 1 ст. ложку сахара, немного соли и ванилина, влить 3/4 стакана молока, снова перемешать и процедить.

Если необходимо получить сладкий гоголь-моголь, то белки вместе с сахаром надо взбить до густоты и влить в смесь с желтком или положить в стакан сверху.

## Гоголь-моголь фруктовый

Взбить 2 яичных желтка до образования густой массы лимонного цвета, добавить немного соли, 3 ст. ложки сахара и 1/2 стакана земляничного или вишневого сока. Все это хорошо размешать, влить 2 стакана холодного молока и 1/2 стакана холодной воды. Подготовленную смесь слить в яичные белки, предварительно взбитые в крутую пену, разлить в бокалы и посыпать сверху натертым мускатным орехом.

## ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЕ, ОВОЩНЫЕ И ЦИТРУСОВЫЕ НАПИТКИ

### Морс клюквенный

Клюкву перебрать, промыть и размять. Отжать через марлю сок, мезгу залить водой и проварить 5—8 минут. В процеженный отвар ввести сахар и сок. Напиток подать в охлажденном виде.

### Напиток из ревеня

Ревень помыть, очистить и нарезать. Воду закипятить с сахаром, измельченной цедрой и корицей. Подготовленный ревень положить в сироп. Вскипятив, снять с огня, настоять в течение 20—30 минут и протереть сквозь сито. В остывшую жидкость всыпать смородину.

### Напиток «Дамский»

Сок апельсиновый, сиропы сахарный и вишневый, 1 дольку апельсина и 100 г газированной воды охладить и смешать непосредственно в бокале. Положить в него дольку апельсина.

### Оранжад

Из цитрусовых выдавить сок, разбавить его кипяченой водой и подсластить. Разлить в бокалы, положив в каждый немного цедры и лед.

### Напиток медовый

Сушеные фрукты промыть теплой водой, залить холодной и отварить. Через 2—3 часа отвар процедить и соединить с медом, вином, сахаром. Подавать в охлажденном виде.

## Напиток лимонный

Цедру с лимона растереть с сахаром (1/2 стакана), добавить сок, отжатый из 1/2 лимона, по 1 стакану белого вина, кипятка и размешать. Потом процедить, разлить в стаканы и подать к столу.

## Напиток из клюквенного сока

Приготовить клюквенный сок так же, как для киселя. Сахар смешать с равным количеством воды и прокипятить в течение 5 минут. В полученный сироп влить клюквенный сок и охладить.

На 1 стакан кипятка — 3 ст. ложки сока клюквенного, 1 ст. ложку сахара.

## Напиток с вином и фруктами

В хрустальный или стеклянный кувшин влить лимонный или другой фруктовый напиток, немного ликера или коньяка, по вкусу положить сахар и хорошо перемешать. Затем положить свежие фрукты — апельсины или мандарины, очищенные и разделанные на дольки, персики (без косточек), также разрезанные на части, или консервированные фрукты — персики, абрикосы, яблоки и др. Готовую смесь залить шампанским или столовым белым виноградным вином, взяв его в таком же количестве, как и лимонный напиток. Напиток подавать на стол холодным.

## Напиток «Южный»

На стакан красного вина взять 1/2 стакана сахара и кусочек корицы. Проварить в течение 10 минут. Потом добавить 2 яичных желтка, взбитых с небольшим количеством холодного вина, и вновь прогреть на водяной бане, не доводя до кипения. Готовый напиток разлить в стаканы или чашки и подавать в горячем виде.

## Напиток из помидоров

Помидоры помыть и протереть сквозь сито. Полученный сок смешать с охлажденной кипяченой водой и заправить по вкусу солью, сахаром, лимонной кислотой, рубленой зеленью.

### Напиток тыквенный острый

Тыкву помыть, очистить, потереть на мелкой терке и отжать через марлю сок. В полученный сок добавить процеженный огуречный рассол, соль, сахар и черный молотый перец.

### Напиток «Успех»

Томатный сок смешать с желтком, лимонным соком, солью, черным молотым перцем и взбить. Полученный напиток подать на стол в стаканах, положив сверху взбитые сливки.

### Напиток из дыни и арбуза

Сахар и лимонную кислоту растворить в горячей воде, довести до кипения, охладить, положить в него нарезанную небольшими дольками или кубиками дыню либо арбуз и дать настояться в течение 30—40 минут. Процедить и подать на стол в стаканах.

### Напиток рябиновый

Ягоды черноплодной рябины перебрать, помыть, выложить в эмалированную кастрюлю, налить немного воды (так, чтобы она только покрыла ягоды), плотно закрыть крышкой, поставить на огонь и кипятить 15 минут. Затем отвар слить, ягоды размять деревянной ложкой, отжать их, сок соединить с отваром, добавить сахар, кипяток и поставить смесь на огонь. Довести ее до кипения, добавить отжимки и варить 5 минут. Готовый напиток поставить на сутки на холод. Перед подачей на стол процедить. Вместо сахара можно добавить мед.

### Элексир ореховый

Желтки взбить с медом в однородную массу, добавить ванилин и орехи. Тонкой струйкой, не переставая мешать, влить молоко. Напиток подавать со льдом.

### Напиток витаминный из шиповника

Высушенные плоды шиповника хорошо промыть холодной водой, затем слегка раздробить, чтобы облегчить дальнейшее

растворение витамина С, и заварить крутым кипятком из расчета 1 ст. ложка раздробленных плодов на 1 стакан кипятка. Заваривать следует в эмалированной посуде, так как в металлической происходит разрушение витамина С. После заварки кипятить не более 8—10 минут, чтобы опять же избежать разрушения витамина С. После кипячения отвар вместе с плодами перелить в стеклянную или фарфоровую посуду, накрыть и поставить на несколько часов (можно на ночь) в теплое место.

Затем процедить через двойной слой марли или через чистую тряпочку и отжать в ней плоды. Получается приятный кисловатый напиток, в который для улучшения вкуса можно прибавить сахар. Напиток необходимо использовать в течение того же дня, так как при более длительном хранении витамин С в нем разрушается. В тех же случаях, когда вместо целых плодов шиповника применяется его кожура, достаточно брать 1/2 ложки ее на стакан крутого кипятка.

Здоровому взрослому человеку достаточно в сутки 1— 2 стаканов, а детям — 1 стакана напитка.

**Напиток «Весенний»**

В березовый сок влить светлый виноградный сок, охлажденный сахарный сироп, размешать, процедить и по вкусу заправить лимонной кислотой.

**Напиток «Освежающий»**

Приготовленный хлебный квас соединить с медом, яблочным соком, положить ванилин, тщательно перемешать и охладить. Мед можно подать отдельно.

**Напиток «Тонизирующий»**

Гвоздику и корицу залить 2 стаканами горячей воды и настоять. Сварить сахарный сироп и охладить. Чай и мяту отдельно залить кипяченой горячей водой, настоять и охладить. Все настои процедить, соединить, добавить сироп, сок и охладить.

**Напиток «Украинский»**

Сухую мяту заварить кипятком и дать настояться. Из сахара сварить сироп, охладить и процедить. Хлебный квас, сироп,

настой чая с мятой соединить и размешать. По вкусу заправить лимонной кислотой и охладить до 10—12°. Подать на стол со льдом.

### Напиток пивной

Заварить чай, процедить и охладить. Добавить к нему пиво, сахар. На край стакана насадить надрезанный ломтик лимона, сбрызнуть напиток соком, отжатым из цедры лимона.

## МОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ

### Напиток молочно-медово-лимонный

Смешать мед с лимонным соком, льдом и в эту смесь влить охлажденное молоко.

### Напиток молочно-малиново-яичный

Все компоненты соединить, взбить до однородной массы, процедить сквозь ситечко в бокал и подать на стол. Малиновый сироп можно заменить любым другим фруктовым сиропом.

### Напиток молочно-апельсиновый с яйцом и желтком

Желток, 2—3 кусочка льда, молоко и апельсиновый сок хорошо взбить. Подавать охлажденным.

### Напиток молочно-ореховый

Ядра грецких орехов мелко порезать или истолочь. Сахар растворить в холодном кипяченом молоке, соединить с измельченными орехами, варить при слабом кипении 10—15 минут и охладить.

### Напиток «Диетический»

Простоквашу или кефир взбить с соком или сахарным сиропом. Для приготовления сиропа сахар растворить в воде и прокипятить.

## КВАСЫ, МЕДЫ, СБИТНИ

## Квас хлебный

В духовом шкафу подсушить нарезанный ломтиками черный хлеб, не давая ему пригореть. Полученные сухари положить в кастрюлю или бочонок, залить кипятком, закрыть, дать постоять 3—4 часа. После этого настой процедить, положить в него дрожжи, сахар и мяту. Накрыть салфеткой и в таком виде оставить для брожения на 5—6 часов. Когда квас начнет пениться, его надо вторично процедить и разлить в бутылки, в которые предварительно положить по несколько изюминок, и закупорить. Пробки перед закупориванием следует размочить в кипятке, чтобы они стали эластичнее, а после укупорки закрепить пробки шпагатом. Бутылки вынести в холодное место или в погреб и оставить там в лежачем положении. Через 2—3 дня квас будет готов.

На 10—12 бутылок кваса — 1 кг хлеба ржаного, 25 г дрожжей, 200 г сахара, 20 г мяты и 50 г изюма.

## Квас лимонно-медовый

Воду закипятить, охладить до 60—70°, добавить сахар, мед, нарезанную цедру лимонов, лимонный сок, хорошо размешать и дать настояться в течение суток. После этого процедить через марлю, разлить в бутылки, крепко закупорить и вынести в холодное место. Через 1,5—2 недели квас готов.

На 8 ст. ложек меда — 3 л воды, 2—3 ст. ложки сахара, цедра и сок 2 лимонов.

## Квас броварской

Пиво смешать с кипятком, положить в эту смесь сахар, изюм, сок 1 лимона и цедру с 1/2 лимона, накрыть толстой тканью и оставить на 3—4 часа. В охлажденную смесь положить дрожжи и поставить в теплое место. Когда квас забродит и сверху покроется пеной, его процедить через марлю, разлить в бутылки, кладя в каждую по 2—3 изюминки. Квас закупорить пробками и завязать шпагатом. Когда в бутылках появится пена, вынести их в холодное место. Через сутки квас готов.

На 1,5 л пива - 12 л воды (кипятка), 600 г сахара, 200 г изюма, 1 лимон, 25 г дрожжей.

## Квас березовый

Березовый сок влить в небольшой бочонок, поставить в теплое прохладное место. Через 2—3 дня, когда сок немного закиснет, добавить поджаренные ячменные зерна или ржаные сухари, выдержать сутки и процедить. Квас готов к употреблению.

На 5 л кваса — 5 л сока березового, 30 г ячменя или сухарей ржаных.

## Квас молочный

Молоко вскипятить с сахаром, охладить до температуры 20°, добавить разведенные в небольшом количестве воды дрожжи и поставить в теплое место на 12 часов. Готовый квас разлить в бутылки, закупорить и охладить.

На 5 л кваса — 5 л молока, 200 г сахара, 50 г дрожжей.

## Квас с мятой и черной смородиной

Ржаные сухари подсушить в духовом шкафу, залить кипятком и настоять 12 часов, а затем процедить. Заварить мяту и листья черной смородины, настоять и влить в настой кваса. Добавить кипяченую воду с сахаром, дрожжи, размешать и поставить бродить на 4—6 часов. Потом, сняв пену, процедить, разлить в бутылки, добавив в каждую немного изюма, и выдержать 2 дня.

На 300 г сухарей ржаных — 200 г сахара, 10 г мяты сухой, 10 г листьев смородины черной, 10 г дрожжей, изюм.

## Сбитень

Воду прокипятить с медом, сахаром, пряностями 10—15 минут, снимая пену. Настоять полчаса и процедить. Напиток подогреть и разлить в чашки. Вино добавить в готовый напиток или же заменить им воду.

На 100 г воды — 15 г сахара, 15 г меда, 2 г листа лаврового, 5 г гвоздики, корицы, имбиря или кардамона.

### Мед пряный

Свежий мед закипятить, снять пену, добавить перец, имбирь, кардамон, корицу и воду, вновь довести до кипения и охладить. Затем положить дрожжи, разлить в бутылки и поставить в теплое место. Через 12 часов бутылки закрыть и поставить на холод для созревания на 2—3 недели. Готовый мед разлить в бутылки и закупорить.

На 500 г меда — 1,5 л воды, 5 г пряностей, 50 г дрожжей.

### Медок холодный

Желтки растереть с медом и развести крепким горячим чаем. Посуду поставить на огонь, и, взбивая смесь, постепенно добавить сок лимона. Напиток остудить, разлить в высокие бокалы и поставить в морозильник. Белки вылить в высокую посуду. Всыпать молотую цедру и сахар, влить сок лимона и взбивать до тех пор, пока масса не станет пышной и плотной, а сахар не разойдется. Перед подачей на стол в каждый бокал положить ложечку взбитых белков. ,

На 1/2 яйца — 40 г меда, 100 г чая, 1/2 лимона, 40 г сахара.

## КОКТЕЙЛИ, КРЮШОНЫ

### Коктейль молочный

Сварить шоколадный сироп из воды, сахара, какао. Соединить его с остальными перечисленными в рецептуре продуктами. Смесь взбить и разлить.

На 50 г молока — 10 г льда пищевого, 150 г воды, 35 г сахара, 10 г какао-порошка, 1/2 яйца.

### Коктейль шоколадный

Молоко вскипятить с ванилином. Добавить какао, размешанное с сахаром и несколькими ложечками холодного молока. Охладить, процедить и взбить с желтками.

На 130 г молока — 20 г какао-порошка, 25 г сахара, 1 желток яичный, ванилин, лед пищевой.

### Коктейль из кефира и ягод

Ягоды перебрать, промыть и засыпать сахаром. Через час залить охлажденным кефиром. Смесь взбить в крутую пышную пену и немедленно подать на стол.

На 100 г кефира — 20 г ягод свежих, 10 г сахара.

### Коктейль «Красная шапочка»

Мороженое соединить с соком. Смесь взбить и перелить в бокалы, положив кубик льда. Края бокала украсить «инеем» из сахара.

На 100 г мороженого — 100 г сока вишневого или черно-смородинового, лед пищевой, 20 г сахара.

### Коктейль лимонный

Отжать лимонный сок и соединить его с сахаром, желтком, молоком, мороженым. Смесь взбить.

На 1/2 лимона — 25 г сахара, 1 желток яичный, 125 г молока, 50 г мороженого сливочного.

### Коктейль «Сенсация»

В стакане со льдом смешать жидкие компоненты. Напиток подать, украсив спиралью из лимонной цедры.

На 60 г портвейна белого — 20 г коньяка, 20 г сока виноградного, цедру лимонную, лед пищевой.

### Коктейль «Бим-бом»

Все жидкие компоненты, кроме шампанского, смешать в стакане со льдом. Вылить в бокал, на дно которого уложены апельсиновые дольки или ломтики лимона, и долить шампанским.

На 20 г водки — 20 г ликера вишневого, 20 г сока лимонного, 100 г шампанского, 1/10 апельсина или лимона, лед пищевой.

### Крюшон клубничный

Сироп и морс смешать и охладить до 12—15°. Затем добавить охлажденную фруктовую воду, ягоды и размешать.

### Крюшон «Детский»

Плодово-ягодный консервированный компот смешать с апельсиновым или лимонным сиропом, малиновым или яблочным морсом и охладить до температуры 12—15°. Затем прилить охлажденную фруктовую воду и перемешать.

### Крюшон лимонный с черешней

С лимона снять теркой цедру. Очистив его от белой кожицы, нарезать тонкими кружочками; удалив зернышки, разрезать на мелкие дольки. Засыпать их сахаром, залить водкой и выдержать сутки в холодильнике. За час до подачи на стол влить вино и всыпать цедру. Размешать и положить черешни с соком. Непосредственно перед подачей влить шампанское.

На 1/2 лимона — 30 г сахара, 5 г водки, 5 г вина белого, 200 г черешни консервированной, 75 г шампанского.

### Крюшон вишневый

Вишни залить ромом, водкой, небольшим количеством вина и охладить. Через час жидкость слить в другую посуду, смешать с оставшимся вином и поставить в холодильник. Перед подачей на стол хорошо перемешать, добавить сахар и долить шампанское.

На 50 г вишни консервированной — 7 г рома, 10 г водки, 100 г вина столового красного, 10 г сахара, 75 г шампанского.

## КРЕПКИЕ НАПИТКИ

### Пунш кофейный

Крепкий горячий кофе, вино и коньяк смешать и разлить в стаканы. Напиток можно подсластить и гарнировать лимоном.

На 100 г кофе — 50 г вина крепленого красного, 25 г коньяка.

### Пунш «Римский»

Белки взбить с сахаром в пену, быстро вымешать с мороженым и ликером, разлить в бокалы и подать к столу.

На 1 белок яичный — 25 г сахара, 100 г мороженого, 15 г ликера вишневого.

### Пунш яичный

Нарезанный кружочками лимон и ванилин сварить в крепком чае. Сок сцедить, накрыть крышкой и оставить на 35—40 минут. Растереть яичные желтки с сахаром, смешать с чаем, поставить на огонь, и, непрерывно помешивая, сварить крем. Вскипевшую массу снять с огня и продолжать помешивать 10—15 минут. Затем долить ром или коньяк, разлить в бокалы и подавать в горячем виде.

На 1 л чая крепкого — 1 пачку ванилина, 1 лимон, 8 желтков яичных, 200 г сахара, ром или ликер (на 1 стакан 30 г).

### Глинтвейн с яйцом

Вино вскипятить с ванилью. Желтки растереть с сахаром и постепенно развести горячим вином. Напиток разлить в стаканы, положив в каждый по полкружочка лимона и корицу.

На 200 г вина столового белого — 2 желтка яичных, 50 г сахара, ваниль, 1/4 лимона, корицу.

### Вино ежевичное

В деревянной кадке размять ежевику, залить ее 6 литрами воды и поставить на 4 суток в прохладное место. На 5-й день массу процедить. Жидкость отставить, а ежевику размять руками, залить 4 литрами воды и дать ей постоять 6 часов. Затем массу снова процедить сквозь сито, хорошо отжать ягоды и выбросить их. Обе жидкости, примерно 10 литров, смешать, добавить сахар и мед, влить в бочонок, закрыть его и поставить в прохладное

место на 6 месяцев.

На 5 кг ежевики — 10 л воды, 3 кг сахара, 500 г меда.

## Вино из шиповника

1 кг спелого шиповника тщательно. промыть в проточной воде, на каждом плоде обрезать оба конца и удалить косточки. Очищенный шиповник засыпать в банку емкостью 5 литров и запить охлажденным сахарным сиропом, приготовленным из 1 кг сахара и 3 литров воды. Банку накрыть неплотной тканью и поставить в теплое место на 3 месяца. Время от времени банку встряхивать.

По истечении 3 месяцев сок процедить через плотную ткань, вылить в бутылки, плотно закупорить и поставить в подвал или ящик с песком. Чем больше вино выстоится, тем оно вкуснее и крепче.

## Ликер яичный

6 желтков, 300 г сахарной пудры взбивать в пену 60 минут, добавить 400 г кипяченого холодного молока и перемешать со спиртом. Ликер разлить в бутылки, плотно закупорить и употреблять через 1—2 месяца. Для такого ликера необходимо 300 г 96%-го спирта.

## Какао-ликер

Какао-порошок, ваниль залить спиртом и выдержать в закупоренной бутылке 4—5 дней, часто взбалтывая. Приготовить сироп из воды, сахара, молока, лимонного сока и вылить его в спирт, процеженный через тройной слой марли. Жидкость налить в бутылку, закупорить и поставить на 14 дней в темное место (необходимо часто взбалтывать содержимое бутылки). На 15-й день снова профильтровать, разлить в бутылки, закупорить и поставить еще на 2 недели. Затем опять профильтровать и разлить в бутылки. Теперь ликер готов.

На 800 г 96%-го спирта — 100 г какао-порошка, 1/4 пачки ванили, 4 ст. ложки воды, 900 г сахара, 300 г молока, несколько капель сока лимонного.

## Ром домашний

Ромовую, ванильную и ананасную эссенции смешать со спиртом. Вскипятить 200 г сахара с 600 г воды. Этим сиропом, еще горячим, полить жженый сахар и мешать, пока он целиком не растворится. Совершенно остывшую жидкость смешать со спиртом и эссенциями, разлить в бутылки и плотно закупорить. Ром пригоден к употреблению через 3—4 недели. Перед употреблением профильтровать.

## Вишневка

Вишню засыпать в бутыль и пересыпать сахаром. Посуду завязать марлей и поставить на солнце на 6 недель для брожения. Затем вишневый сок слить, разлить в бутылки, закупорить и поставить в холодное место. Оставшуюся вишню залить водкой. Бутыль плотно закрыть. Выдержав при комнатной температуре 2 месяца, вишневку разлить в бутылки и закупорить. Через 5—6 месяцев наливку можно употреблять.

Так же готовят сливянку.

На 1 кг вишни — 400 г сахара, 500 г водки.

## Спотыкач

Смородину перебрать, промыть, обсушить на полотенце и размять в неокисляющейся посуде. Отжать сок. Сварить сахарный сироп, влить в него смородиновый сок и вскипятить. Сняв с огня, влить водку. Хорошо размешать, поставить на небольшой огонь. Не доводя до кипения, непрерывно помешивать, пока наливка не загустеет. Остудить, разлить в бутылки, закупорить и хранить в сухом прохладном месте.

На 1 кг смородины черной — 1 кг сахара, 800 г воды, 750 г водки.

## Спотыкач из орехов

Каждый орех разрезать на 4 части, залить их водкой и настаивать в течение месяца на солнце. Затем процедить, растворить в этой жидкости сахар, добавить вишневые косточки, гвоздику, корицу, хорошо размешать, дать настояться в течение недели, ежедневно взбалтывая, чтобы растворился сахар.

Процедить и разлить в бутылки.

На 500 г орехов грецких мягких — 4 стакана водки, 2 стакана сахара, 20 шт. косточек вишневых, 2—3 шт. гвоздики, 0,5 г корицы.

**Варенуха**

Фрукты промыть, залить порознь водкой и настоять 5—6 часов. Потом слить все в одну посуду (керамическую или эмалированную), добавить мед, специи, накрыть крышкой, замазать тестом, положить небольшой гнет, выдержать в духовом шкафу 10—12 часов при температуре 90—100° и процедить. Подавать горячей или холодной.

На 1 л водки — 40 г яблок сушеных, 40 г вишен, 25 г груш, 25 г чернослива, по 1 г имбиря, корицы и гвоздики, 250 г меда, перец душистый, лист лавровый.

**Запеканка**

Водку влить в кастрюлю, добавить специи, лимонную цедру, накрыть крышкой, замазать пресным тестом, чтобы не проходил воздух, положить гнет и поставить в духовой шкаф на 12 часов. Затем остудить, разлить в бутылки и закупорить.

На 1 л водки — по 10 г имбиря, перца стручкового, гвоздики, корицы, цедры лимонной, по 5 г ореха мускатного и кардамона.

**Паленка**

Ягоды насыпать в эмалированную посуду, залить водкой, плотно закрыть толстой бумагой, проколоть в ней в 2—3 местах отверстия и поставить в духовой шкаф на 8—10 часов. (Если за это время ягоды не упреют, поставить еще раз.) Затем осторожно слить жидкость через сложенную вчетверо марлю, добавить сахар, размешать и поставить на огонь, чтобы сахар растаял. Готовый напиток разлить в бутылки и закупорить. Пить можно через год.

На 1 кг ягод (малина, вишня, черешня) — 500—700 г сахара.

**Сливянка**

Сливы-венгерки насыпать доверху в бутыль с широким горлышком, залить водкой, закупорить и поставить в темное место на 1—1,5 месяца. Затем водку слить, а в бутыль насыпать сахар (сколько поместится) или налить сахарный сироп (400 г сахара на 1,5 литра воды), при этом сахар вытянет из слив весь спирт. Через 2 недели сироп слить, смешать с водкой, профильтровать, разлить в бутылки, закупорить и хранить 6 месяцев.

## Терновка

Бутыль заполнить спелым терном вперемешку с сахаром, обвязать марлей и поставить на 6 недель на солнце. Когда терн перебродит, влить водку (500 мл на 10 кг) и настоять 3—4 месяца. Затем процедить, разлить в бутылки, закупорить и осмолить. Хранить в сухом погребе, присыпав каждую бутылку сухим песком.

ББК 36.997 С56

Художне оформления В.П. МАРИНЯКА

Друкуеться за вид.: Книга о вкусной и здоровой пище. М., 1955; 500 видов домашнего печенья: Из венгерской кухни. Ужгород, 1961: Ковалев Д.А. Русский квас. М., 1967;

Ганецкий И.Д. Диетические блюда. М., 1969;

Губа Н.И. и др. Приглашаем к столу. Днепропетровск, 1971; Блюда из морских рыб. К., 1971;

Приемного апетиту. К., 1971;

Фельдман И.А. Кулинарная мудрость. К., 1973.

Радимо приготувати: Рецепти на ВСі смаки і мож- Р15 ливость — К.: Голов. спещал1з. ред. л\т. мовами нац. меншин Украши, 1994. — 414 с.— Рос. мовою*

краши,

ISBN 5-7707-5987-9

Рецепти і корисш поради, наведеш в книзЬ допоможуть оволодгги мистецтвом приготування смачних і р1зномаштних страв. рацюнально оргашзувати домашне харчування.

Видання розраховане на широке коло читач1в.

3404000000 038 r ККІТ ЧА QQ7

р Без оголошення bbiv оо.УУ/

259-94

ISBN 5-7707-5987-9 О «Росава ЛТД», упорядауъашм, 1994

© В.П. Мариняк, художне оформления, 1994